



給食だより



令和7年度 10月号
都立世田谷泉高等学校

秋はお米をはじめ、野菜や果物など食卓に欠かせない多くの食べ物が旬を迎えます。旬の食材を使った献立を取り入れることで、季節に育まれた食文化を伝えていきたいと思います。



お米を味わって食べよう！

新米の季節になりました。給食では、新潟県産の「こしいぶき」を使用しています。お米には、粒の大きさ・粘り・甘みなど、品種によってさまざまな特徴があります。主な品種の特徴を紹介します。

○こしいぶき（新潟県など）

コシヒカリを親に持つ「ひとめぼれ」と「どまんなか」をかけ合わせて誕生しました。粒がしっかりしていて粘り気が少ないのが特徴で、冷めても硬くなりにくいのでお弁当にもおすすめです。

○コシヒカリ（新潟県など）

日本で一番生産量の多い品種です。開発に関わった新潟県と福井県の両県がかつて含まれていた「越国」（こしのくに）にちなみ、「越の国に光輝く米」という願いを込めて命名されました。粘り、つや、甘みともに優れたお米です。



○あきたこまち（秋田県など）

小野小町にあやかって、「日本一おいしいお米の品種としてみんなに愛されてほしい」という希望を託された品種です。小粒で艶やかに炊き上がり、弾力があります。また、味のバランスに優れています。

給食紹介

～7月の行事食（七夕）～



ちらし寿司・冬瓜のそぼろあんかけ

七夕汁・カルピスゼリー・牛乳

七夕汁は、そうめんを天の川に見立てた汁物です。切り口が星型になるオクラのトッピングもポイントです♪

～季節の食材を使った献立（とうもろこし）～



ご飯・麻婆茄子・茹でとうもろこし

塩ナムル・わかめスープ・牛乳

千葉県産のとうもろこしを提供しました。
新鮮でみずみずしく、甘みの強いとうもろこしでした。