



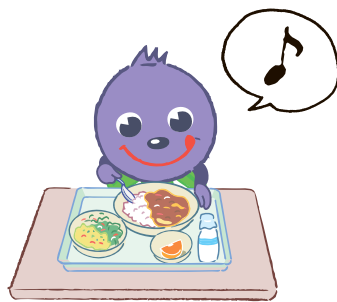
令和7年(2025年)

12/5

第1645号

市報

# こだいら



ぶるべー



ID〇〇〇〇〇〇〇と記載されているID後の数字(6桁以内)を小平市ホームページの検索窓に入力すると、該当ページが表示されます。

小平市  
ホームページ



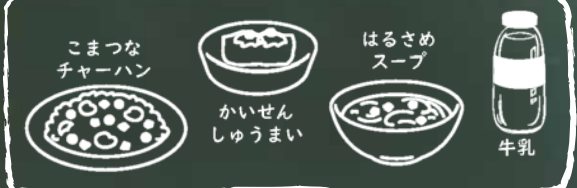
市報こだいらは、電子書籍があり、日本語を含む10か国語で読めます。

電子書籍は  
こちらから



## こどもたちの元気の源/ 小平産野菜などを使った 学校給食

今日の献立



牛乳は低温殺菌のびん牛乳。やわらかな甘みと体に吸収されやすいのが特徴です。飲み終えたびんは再利用され、キャップもプラスチック製品にリサイクルされています。

市では、地元の農産物を給食に活用し、食育の推進や農業の振興を進めています。地元で育ったものを食べる喜びや、食材・生産者への感謝など、児童・生徒にとって毎日の給食は学びの場となっています。今回は、小平産野菜などが、学校給食を通じてこども達に届くまでをご紹介します。※小平市立小・中学校食育推進指針は、小平市HP (ID118767) をご覧ください。問給食センター☎042(345)2821

季節の小平産野菜を食べられて嬉しい！  
苦手な野菜が、給食で食べられた！



小平市立小平第二小学校 5年生の皆さんに給食の好きなのところを聞きました

## 小平産野菜をこどもたちへ

市では、小学校は学校内にある給食室で調理する自校方式、中学校は給食センターで調理して各学校に運ぶセンター方式で給食を作っています。

給食には、小平産の野菜や果物を使い、中学校では姉妹都市である北海道小平町のお米を使用しています。

また、すべての市立小学校で、児童が農家と直接ふれあひながら種まきや収穫などの農作業体験を行う学童農園を実施しており、児童が育てた野菜を給食に取り入れるなど、地域とのつながりを体感できます。

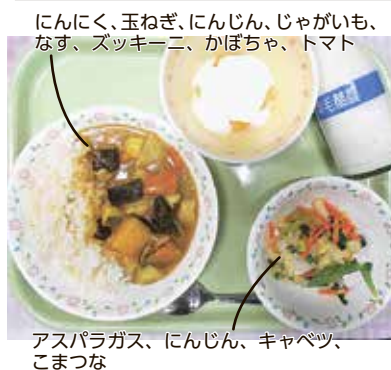


学童農園の様子

## 小平産野菜を使った献立の例

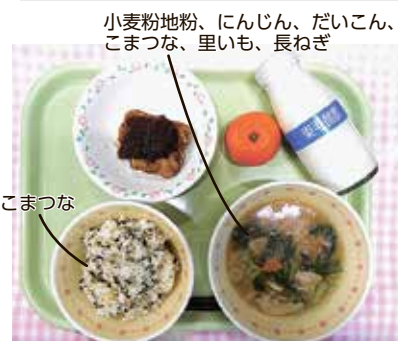
すべての市立小・中学校で、夏と冬に季節の地場野菜を使用した統一献立を実施しています。

- 夏 【献立】牛乳、小平夏野菜カレー、アスパラサラダ、フルーツのヨーグルトかけ  
冬 【献立】牛乳、菜めし、魚のみそソースかけ、小平冬野菜煮だんご、みかん



にんにく、玉ねぎ、にんじん、じゃがいも、なす、ズッキーニ、かぼちゃ、トマト

アスパラガス、にんじん、キャベツ、こまつな



小麦粉地粉、にんじん、だいこん、こまつな、里もも、長ねぎ

## 献立を考えている栄養士に聞きました

Q. 献立はどのように立てていますか？

A. 文部科学省が定める学校給食摂取基準を満たしたバランスの良い献立となるようにしています。また、十五夜には月見団子、運動会前には紅白ゼリーなど、行事にちなんだ献立を取り入れています。

Q. 気を付けていることや工夫していることは？

A. 調理員の方との連携を大切にしています。野菜の洗い方や、こどもたちが食べやすい切り方など、調理のしかたを細かく確認しています。また、料理や食材にまつわるクイズなどを掲載した「おいしいなつつしん」を児童向けに発行するなど、食への興味を引き出し、食べ残しを減らせるように努めています。



Q. こどもたちへのメッセージ

A. 給食を通して、食の大切さや食に関わる方への感謝の気持ちを感じてもらえたら嬉しいです。

小平市立小平第二小学校  
栄養士 木村さん

## 給食レシピ大公開

小平市HP (ID81400) では人気のレシピなどを、小平市立学校給食センターHPでは、毎日の給食を掲載しています。小平産の野菜を使って、ぜひ給食レシピを試してみてください。



小平市  
ホームページ



小平市立  
学校給食センターHP



市内の直売所  
マップ

新鮮な旬の野菜  
などを購入できます

## 各学校ごとに調理しています/ 小学校の給食ができるまで

受け入れ 午前7時



だいこん、こまつな、さといも、さつまいも

地域の農家が育てた新鮮な食材が各小学校に朝早くから届きます

下処理



野菜は機械を使わず、包丁とまな板で切ります

切る前は、ごみや虫を取り除くため、3回以上洗います



調理 午前10時30分ごろ



チャーハンを炒めている様子

コロッケの中心温度を計測

食べる時間に合わせて、温かいものが冷めないように工夫して調理しています

中学校は…

学校給食センターで約4,800人分の給食を作っています。また、保護者や市内団体を対象に試食会を行っています。詳しくは、小平市立学校給食センターHP (右下図QRコード) をご覧ください。



手作りグラタンを作る様子

各教室へ 午後0時30分ごろ



いただきます！

おいしい！

今回、紹介しきれなかった学校給食の裏側は下図QRコードでご覧になれます。



小平市公式  
YouTube  
チャンネル