

7月 給食たより

池田市教育委員会
池田市立学校給食センター
令和8年7月



すでに気温の高い日が続いていますが、夏本番はこれからです。こまめな水分補給で熱中症を予防するとともに、食事をしっかりとって体力をつけ、暑さに負けない体づくりをしましょう。

夏の行事食いろいろ

7/2 ごろ
(夏至から11日目～七夕までの5日間)
はんげしやう
半夏生

タコ
(関西地方)

「作物が、たこの足のよう
に大地へとしっかり根付くよ
うに」との願いをこめて、この
日にたこを食べます。



7月下旬ごろ
(2026年は7/26)
うし
土用の丑の日

ウナギ
「う」のつく食べ物

立秋前の約18日間を「夏の土用」といい、この期間にある丑の日のことです。暑さが厳しいこの時期に、栄養豊富なうなぎや、「う」のつく物を食べて、健康を願う風習があります。

2日(木)は「たことれんこんのピリ辛煮」が登場します。

七夕の行事食 そうめん

季節の節目となる「五節句」の一つです。日本の「棚機つめ女」という伝説と、中国の「織姫と彦星」の伝説がもとになって、現在のような行事になりました。夜空に浮かぶ天の川や、機織りの糸に見立てて「そうめん」を食べる風習があります。

7日(火)は七夕献立。七夕そうめん汁、星型ハンバーグ、七夕ゼリーです。

細河ねぎができるまで 栽培期間およそ3か月間(3月中旬～6月下旬)

「細河みどりの郷」の農家のみなさんが、給食のために初めて細河ねぎを作ってくれました。細河ねぎが育つ様子や、畑の作業を紹介します。



3月中旬
細河ねぎの種を、3列にすじまきました。



4月中旬
5cmくらいの長さで、糸のよう
に細い細河ねぎ。



5月上旬
10cmくらいの長さに育ちま
した。もみ殻をまいて、雑草
が生えるのを防ぎます。

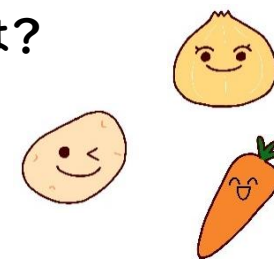


6月上旬
30cmくらいの長さに育ちま
した。収穫まであと少しで
す。

池田市内で育てられた野菜が給食に登場します!

スマイル玉ねぎ・スマイル人参・スマイルじゃがいもとは?

池田市古江町の「スマイルファーム細河」という場所で作られた玉ねぎです。この名前には、「子どもたちを笑顔にしたい」という思いがこめられています。



スマイル玉ねぎ

栽培期間およそ9か月間(9月頃～6月頃)



ネギの部分が倒れたら、
収穫の合図です。



ほそごう学園4年生が収穫
ひとつずつ丁寧に収穫しました。
畑で3日間乾かします。



上のネギの部分を切って
乾燥させます。

スマイル人参

栽培期間およそ4か月間(3月頃～7月頃)



雨の中でも収穫をします。



葉っぱを切り分けて、1本ずつ
きれいに洗います。



1本ずつ重さを計ります。
全て手作業です。

スマイルじゃがいも

栽培期間およそ4か月間(2月頃～6月頃)



葉が生い茂ったじゃがいも畑。
6月上旬に収穫します。



じゃがいもの大きさや重さなど、
給食で使いやすいものを選びます。



「きたあかり」という品種です。
男爵いもに似て、ホクホクした食感です。

1日(水)「スマイル玉ねぎのホクじゃが炒め」 3日(金)「肉団子の細河ねぎ甘酢あん」
14日(火)「スマイル肉じゃが」 15日(水)「スマイルペペロンチーノ」



農家さんへ感謝の気持ちをこめて味わっていただきましょう!

