



# 給食たより



さいたま市立つばさ小学校  
令和8年度夏休み号



夏休みがやってきました。暑さに負けない体づくりには1日3食の食事が大切です。  
早寝早起き朝ごはんを心がけていきましょう。

🌽 1年生と10組さんがとうもろこしの皮むきを行いました 🌽

どんな形、におい、手触りかな？  
興味津々で楽しんで皮むきしている様子が見られました😊



むいたとうもろこしは調理員さんたちによっておいしく茹でられ、当日の給食に登場しました。  
1年生と10組さんありがとう！という感謝の声もたくさん聞こえてきました。  
このとうもろこしはさいたま市の農家さんで採れた、白いとうもろこしです。  
果物にも勝る甘さが特徴の白いとうもろこしとともに、本格的な夏の始まりを感じました。  
(糖度15度以上！)



🍷 セタボランティアさんとの交流給食 🍷

～menu～

ちらしずし、鶏肉のうめソース、セタ汁、セタデザート



セタ飾りづくりをお手伝いいただいたボランティアさんが  
ご自身のお子さんのクラスに入り、一緒に給食を食べました！

いただいた感想の例

子ども達と一緒に食べることができて貴重な時間を過ごすことができました。  
セタらしいメニューで美味しくいただきました。  
先生の子ども達に美味しく食べてもらいたいとの思いが伝わりました。  
子どもが毎日「おかわりした！」と嬉しそうに話す理由がよく分かりました。

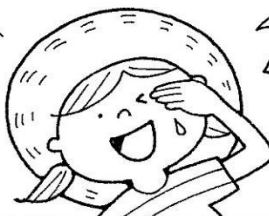
皆様ありがとうございました♪

1学期、学校給食にご理解とご協力をいただき、大変ありがとうございました。  
これからも安心安全でおいしい給食づくりに努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

楽しい  
夏休み

夏休みこそ重要!!  
大切にしてほしい 栄養バランス

蒸し暑くて「夏ばて」を起こすと食欲がなくなり、  
偏った食事になってしまうことがあります。夏を元  
気に過ごすためにも、香辛料やかんぎつ類などを取  
り入れて食欲増進を図り、栄養バランスのよい食事  
を心がけましょう。



元気に  
すごそう