

令和7年
(2025年)
10月

中
学
校

食通信

【発行・編集】 堺市教育委員会 学校給食課

毎月19日は
食育の日

給食時間にできるSDGs ～持続可能な開発目標～

ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく使われるようになりました。世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えています。SDGsとはこれらを解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮らし続けられる社会を築くための世界共通の17の目標です。毎日の給食時間でできるSDGsの取り組みとしては、給食は自分の体に適した量を食べる、食器は大切に扱う、給食からバランスのよい食事について学ぶ、なるべく残さず食べるなどがあります。一人ひとりが意識して取り組んでみませんか。

台風等による

臨時休業時の給食献立の対応について



台風等による警報発令により市内全校が一斉臨時休業となった場合、休業明けの給食は臨時休業日に提供予定であった献立をスライドして実施します。この献立のスライドは、給食中止に伴う食材の廃棄を削減することを目的に実施します。

台風等による市内一斉臨時休業が予測される場合は、前日に改めて献立変更内容の詳細についてお知らせします。

なお、学校単位で臨時休業となった場合は、この対応は適用されません。

<献立変更例>

平常時

当日	翌日
主食 (パン・ごはん)	主食 (パン・ごはん)
牛乳	牛乳
おかず	おかず

台風等で

臨時休業となった場合

当日 (臨時休業日)	翌日 (学校再開日)
給食中止	主食 (パン・ごはん)
	牛乳
	おかず

※主食のみ、製造上の都合で学校再開日当日の予定通りの主食となります。臨時休業が予想される日がパン献立の場合、事前にパンの発注を停止し、ご飯へ変更する可能性があります。

10月 万博レシピ!

「サパスイ」



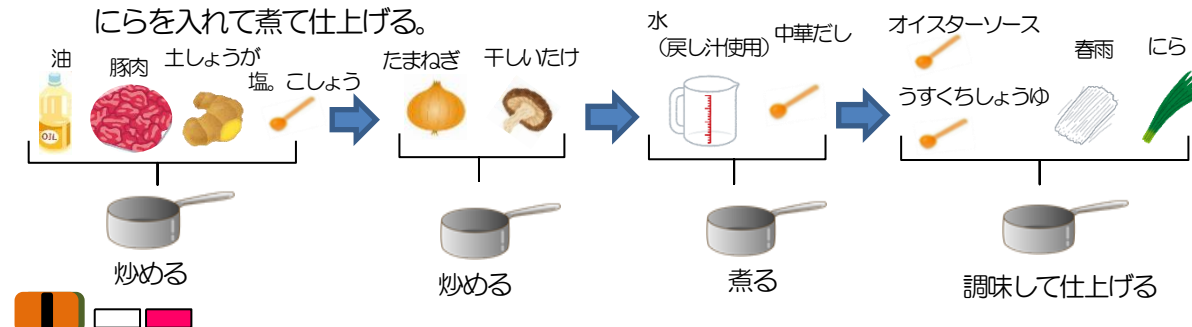
今月の万博レシピは「サモア」料理です。サモア（正式名称はサモア独立国）は、赤道の南1200km、南太平洋の中心に位置する島々です。サパスイは、豚肉と春雨の炒め煮で、しょうゆで味付けするので食べやすいです。

材 料 (2人分)

- 豚肉・・・20g
- にら・・・6g
- たまねぎ・・・80g
- 土しょうが・・・適量
- 干しいたけ・・・1/2枚
- 緑豆春雨・・・10g
- 炒め油・・・適量
- 中華だし・・・小さじ1/2
- オイスターソース・・・小さじ1/2
- うすくちしょうゆ・・・小さじ1/2
- 塩、こしょう・・・少々
- 水（しいたけの戻し汁使用）・・・30cc

作り方

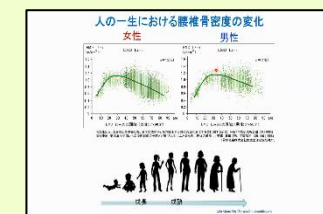
- ① 豚肉は短冊切り、にらは2cmの長さに切る。たまねぎはうす切り、土しょうがはみじん切り、干しいたけは水かぬるま湯につけて戻しせん切りにする。
- ② 炒め油を熱し、豚肉・土しょうがを炒め、塩、こしょうをふる。
- ③ たまねぎ、しいたけを入れてさらに炒め、分量の水を入れて煮、沸騰したらアクをとり、中華だしを入れる。
- ④ オイスターソース、うすくちしょうゆ、塩、こしょうで調味し、春雨を加えて煮、最後ににらを入れて煮て仕上げる。



食育講演会のお知らせ（オンデマンド型動画配信）

○「成長期の骨づくりを支えるカルシウムとビタミンD」

神戸学院大学 栄養学部
公衆栄養・衛生学部門
公衆衛生学研究室
教授 津川 尚子 氏



オンデマンド（限定配信）
で実施しますのでQRコード等は学校からの配付版をご覧ください。

★約20分のわかりやすい動画です。動画の後半には簡単レシピを紹介しています。ぜひご覧ください！

2026年3月まで配信