



給食だより

令和 7 年 10 月号

新宿区立西早稲田中学校

校 長 塚本 桂子

栄養士 増田 高大

今年の夏は暑い！と言われていますが、秋の風も感じる季節になりました。『読書の秋』、『スポーツの秋』『芸術の秋』といろいろな秋がありますが、やっぱり『食欲の秋』を楽しみにしている人も多いと思います。今年も『読書の秋』とコラボして、本を読む楽しみを増やす献立を出していきます。



図書コラボ給食

西早稲田中学校の図書館スタッフの森先生と支援員の豊田先生に、食べ物が出てくる本を探していただきました！



10月9日(木) ☆豚汁

【自炊から始まる「ケア」の話 自分のために料理を作る】星野概念、山口祐加
これから高校生になり、自分で食べるものを選択する機会が増えると思います。料理が苦手という人でも自分のために料理をしてみようかなと思えるような本です。ぜひ手に取ってみてください。

10月11日(土) ☆ハンバーグ

【給食のおにいさん】遠藤彩見

この本は給食調理員のお話です。給食は毎日食べていると思いますがたくさんの方が関わり給食が出来ていることや皆さんの口に運ばれるまでの色々な人の想いが書かれています。給食をもっと皆さんに知って欲しく、この本を選びました。



10月20日(月) ☆黄金のコロッケパン

【おなかがすいたハラペコだ。】椎名誠

北極のアザラシカレーなど海外の驚き料理がたくさん紹介されている本です。子供の頃に最高のご馳走だった黄金のコロッケパンという紹介があります。そんな懐かしのコロッケパンを給食で出します。

10月29日(水) ☆味噌カツ

【ぷくぷく、お肉】向田邦子

様々な作家達が「肉」について書いている本です。

名古屋の名物である、味噌カツですが西早稲田風にアレンジをして食べやすく作ります。本場とどう違うか食べてみてのお楽しみです。



☆10月には20周年記念式典と西早稲田祭と土曜日に給食が2回あります。

お祝い献立にしました。ぜひ楽しみにしてください！