



令和8年6月18日発行 学校長 高山靖子 栄養教諭 大島久美子

6月11日から、サッカーワールドカップが開幕しました！
南河内第二中学区では、日本代表のベスト8進出を応援し、世界の文化を感じてもらうために「ワールドカップ給食」を実施します。それぞれの国の気候や歴史が詰まったおいしい料理を、世界旅行をするような気持ちで味わってみましょう。

【第1弾】オランダの料理 (対戦日: 6月15日)

オランダは風車やチューリップ、そして日本とも江戸時代の「蘭学」からの深い歴史がある国です。サッカーの強豪国で、鮮やかなオレンジ色のユニフォームがシンボルです。

●キベリング(白身魚のフライ)

海に近いオランダの港町でよく食べられている、外はカリッ、中はふんわりとした白身魚の揚げ物です。

●トマトンスープ

野菜がたっぷり入った温かいスープです。家庭でもよく作られ、体を温める料理として親しまれています。



【第2弾】チュニジアの料理 (対戦日: 6月21日)

アフリカ大陸の北側にあり、地中海に面したあたたかい国です。サッカーは人気のスポーツで、試合の日は町中が赤いユニフォームの応援でもり上がります！

●タジン(具たくさんオムレツ)

卵に野菜や肉、じゃがいもを入れて焼き上げた料理です。



●ツナとクスクスのサラダ

「世界でいちばん小さいパスタ」と呼ばれる『クスクス』を使ったサラダです。

●ショルバ(トマトスープ)

トマトや豆、野菜のうま味がギュッと詰まった家庭料理です。

【第3弾】スウェーデンの料理 (対戦日: 6月26日)

北ヨーロッパにある、森と湖に囲まれた自然豊かな国です。冬の寒さが厳しいため、体を温めるスープや保存に優れた食べ物が発達してきました。

●ミートボールのクリームソース煮

スウェーデンの代表的な家庭料理です。小さく丸めたひき肉を、コクのあるクリームソースといっしょに味わいます。

●ひよこ豆のスープ

栄養豊富な豆のスープと、パンを組み合わせさせていただきます。



海に近い国では魚料理が多かったり、寒い国ではあたたかいスープがよく食べられていたり、食文化にはその国の気候や歴史が関係しています。世界にはたくさんの「違い」がありますが、それをおたがいに学び、認め合うことが大切です。それは、スポーツも食文化も同じです。ワールドカップの試合はまだ続きます。給食で食べた料理の国々に思いをはせながら、みんなで日本代表の活躍を応援しましょう！

た もの くち はい
★ 食べ物が口に入っているときは

くち と
口を閉じて、
よくかんで食べよう!



だめ
ダメ! くち あ
口を開けてクチャクチャ

ダーツ!

ごはんが
とびだしちゃう!
クチャクチャ
おとがするよ



もぐもぐしているときは、
口をとじて!

おーけー
OK! くち
口をとじてモグモグ

おぎょうぎが
いいね!
ごはんが
おいしい!



おしゃべりは、
のみこんでから!

はな
鼻がつまっているときなどは、口呼吸しかできないので
くち こきゅう
閉じられないこともあります。

