



実りの秋、食欲の秋がやってきました。こどもの頃から旬の食べ物を知り、旬の恵みを味わうことは、豊かな感性や味覚形成にとっても重要です。毎日の食卓に旬の食材を取り入れ、話題も豊かな楽しい時間を過ごしたいですね。給食でも旬を感じられるように、秋ならではの食材や行事食をたくさん取り入れていきたいと思います。

9月の食育の取組を紹介します

5年生 魚しょく体験

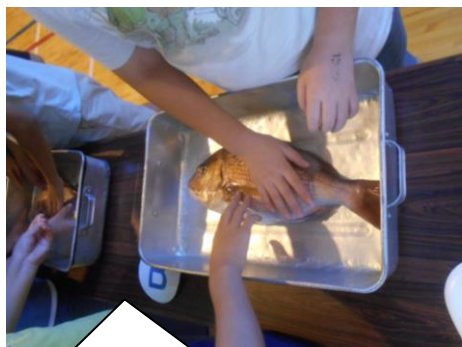
9月13日(金)、5年生で「魚しょく体験」が行われました。

前半では、愛媛県愛南町で伝統的に行われているカツオの1本釣りの様子や、実際に釣りに使われている釣竿を見て、「とる漁業」について学びました。(魚職)

後半では、日本一の生産量を誇るタイの養殖について話を聞きました。実際に、実物のマダイにも触らせていただき、天然と養殖の違いを体感し、「育てる漁業」について学びました。

普段の授業ではできない、貴重な経験となりました。

実際に使われている釣竿に触らせていただきました。



天然と養殖の違いを実物のマダイに触って体感しました。(魚触)

給食では、愛南町でとれたマダイを使って、「たいめし」を作りました。(魚食)



マダイの皮を取って身をほぐしています。これをごはんに混ぜ込んで「たいめし」にしました。

5年生 講話「さつまいも農業について」

9月19日(木)、千葉県の子古町旬の味産直センターのさつまいも農家の方を招いて、農業についてお話をいただきました。さつまいもの育て方から出荷までの流れ、農業の大変さ、やりがいなどについて教えていただき、農業について深い学びをすることができました。



実際に、つるがついたさつまいもに触らせていただきました。



給食では、農家の方が育ててくださったさつまいも「シルクスweet」を使って「さつまいもごはん」を作りました。とても甘くてほくほくとした食感に、こどもたちは驚いていました。

給食のレシピを紹介します♪

9月の給食で、「レシピを教えてください！」という声が多かった料理のレシピを紹介します。ぜひご家庭でもお試しください。

韓国のフライドチキン☆

★ヤンニョムチキン

<材料(1人分)>

・鶏肉(切り身) (下味)		50.0g
・しょうが(すりおろし)		0.3g
・にんにく(すりおろし)		0.3g
・塩・こしょう		各少々
・酒		1.0g
・片栗粉		適量
・揚げ油		適量
<たれ>		
・水		2.5g
・トマトケチャップ		8.0g
・コチジャン		0.8g
・みりん		3.2g
・砂糖		1.6g
・ねぎ(みじん切り)		0.4g
・ごま油		0.3g
・白いりごま		1.5g

<作り方>

- ① 鶏肉に下味の材料をよくもみこみ、10分ほど置く。
- ② ①に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ③ たれの材料を合わせ、ひと煮立ちさせる。
- ④ ②にたれをからめて完成。



～9月20日の献立～
ごはん 牛乳 ヤンニョムチキン
ナムル とうがん入り卵スープ

給食試食会のご参加ありがとうございました



9月9日(月)・10日(火)・11日(水)に給食試食会が行われ、3日間で148名の保護者の方にご参加いただきました。

毎日こどもたちが食べている給食を試食していただき、栄養士から給食がどのように作られているか、栄養や衛生面などについて話をさせていただきました。

5年ぶりの開催となり、保護者の方々から貴重なご意見をいただき、有意義な時間を過ごすことができました。今後も安全でおいしい給食を提供できるよう努めていきます。ありがとうございました。

◆給食試食会の感想

- ・野菜スープは、鶏がらを時間をかけて煮込んだのがわかり、野菜のうまみが感じられ、優しい味付けでとてもおいしかったです。
- ・こどもが食べている給食を試食して、こどもが食べやすく調理されているのがよくわかりました。
- ・温かい給食を食べられることはとても良いなあと思いました。
- ・衛生面、栄養面の話も興味深く、とても楽しい時間になりました。
- ・味付けの濃さや味全体もちょうど良く、栄養満点でおいしかったです。

