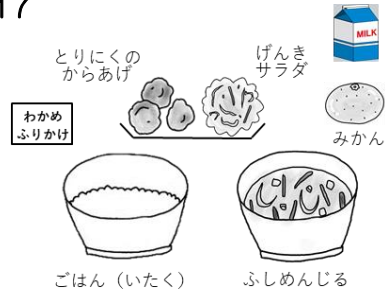


食育だより

令和4年1月

◇ リクエスト献立の紹介 ◇

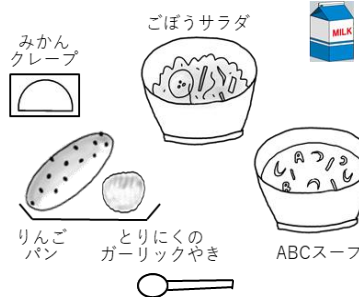
1/17



ことひらちょうりつそうごうしょうがっこう 琴平町立象郷小学校

みんなが大好きなから揚げや元気サラダを入れて、食べやすくしました。めんが好きな人が多いと思ったので、汁の中にふしめんを入れました。また、旬のデザートとしてみかんをつけて季節を感じる献立を考えました。

1/28



ぜんつうじしりつひがしちゅうがっこう 善通寺市立東中学校

テーマは「スープで体を温めよう」です。気温が低い季節なので温かいスープを中心に食べやすいメニューを組み合わせました。また、デザートには旬のみかんを使ったクレープをつけました。寒さに負けないように考えた献立です。

学校給食レシピ



焼き豆腐のみそそぼろ煮

みその風味がおいしい体があたたまる1品です。

材料 (4人分)

- ・焼き豆腐 350g
- ・豚ひき肉 100g
- ・たけのこ水煮 50g
- ・たまねぎ 1/2個
- ・にんじん 1/4本
- ・エリンギ 1本
- ・葉ねぎ 適量
- ・しょうが(おろし) 適量
- ・にんにく(おろし) 適量
- ・赤みそ 大さじ2
- ・酒 小さじ2
- ・こいくちしょうゆ 小さじ1強
- ・砂糖 小さじ1強
- ・油 小さじ1
- ・水 60ml

作り方

- ① 材料を切る。
焼き豆腐…食べやすい大きさ
たけのこ水煮…短冊切り
たまねぎ…スライス にんじん…短冊切り
エリンギ…半月切り 葉ねぎ…小口切り
- ② あたためた鍋に油をひき、豚ひき肉をしょうが、にんにく、酒と炒める。
- ③ にんじん、たまねぎ、エリンギ、たけのこの順番に加えて炒める。
- ④ ③に焼き豆腐、みそ、しょうゆ、砂糖、水を加えて煮込む。
- ⑤ 葉ねぎを入れて仕上げる。

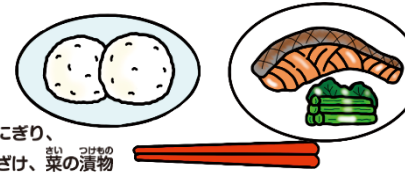
新年あけましておめでとうございます。

1月はお正月や鏡開きなどの様々な年中行事があります。また、全国学校給食週間がある月です。週間を通して、普段食べている給食から食に関する知識を学びたい、考えたりしてほしいと思います。



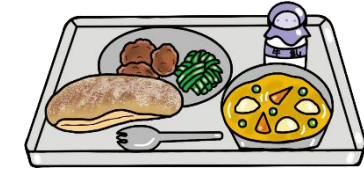
1月24日~30日は「全国学校給食週間」

日本で最初の給食



おにぎり、塩づけ、菜の漬物

昭和の時代のなつかし給食



揚げパン・くじらの電揚揚げ・カレーシチュー

日本の学校給食は、明治22年山形県鶴岡町で始まったとされています。昭和29年には「学校給食法」が制定されて法的な根拠も明確になり、教育活動として実施されています。1月は給食や郷土などに関心をもってもらえるように様々な取り組みを行っています。

特産品や郷土料理の活用

はまちや和三盆糖などの特産品



やいりこめしなどの郷土料理が登場します。

行事食の活用

年明けうどんやあんもち雑煮など



香川県ならではの行事食を取り入れています。

給食時間の放送

給食週間や給食の歴史等

の話やクイズを委員会の子どもたちに放送してもらいます。



学校給食展の実施

1月18日~24日に善通寺市民会館1F ロビーにて展示を行っています。お時間が許す方はぜひお越しください!

