

食育だより

令和4年度 8・9月号
 調布市立富士見台小学校
 校長 内藤 みゆき
 管理栄養士 落合 嘉子

夏休みが終わり、学校にも子供たちの笑い声が戻ってきます。いろいろな思い出ができたことと思います。楽しかった夏は終わってしまいますが、秋も「読書の秋」や「芸術の秋」、そして「食欲の秋」など、楽しいことがいっぱいです。給食でも、そんな秋を楽しむ献立をたくさん入れました。献立の一部をご紹介します。親子で楽しみながらご覧いただけたら嬉しいです♪



「和食」を見直そう!



日本人の伝統的な食文化である和食が、ユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存じですか? ここでいう「和食」とは、単に料理のことだけではなく、日本の豊かな自然や気候風土のもとで育まれてきた「自然の尊重」という精神に基づく食文化です。近年、この食文化が失われつつあることから、その価値を見直し、国民全体で保護・継承していく必要があるとされています。給食でも、行事食や郷土料理を取り入れています。今月実施する郷土料理をご紹介します。

家庭で実践したい「和食」の取り組み

<p>食事のときに「いただきます」「ごちそうさま」を言う</p>	<p>はしを正しく使って食べる</p>	<p>ご飯と汁物、主菜、副菜をそろえる</p>	<p>伝統的な行事食や郷土料理を取り入れる</p>	<p>旬の食べ物を味わう</p>
----------------------------------	---------------------	-------------------------	---------------------------	------------------



9/26 (月) さつまいものめった汁

さつまいもの入った具沢山みそ汁です。名前の由来は「めったに食べられない、豚肉が入った汁物」や「やたらめったら具を入れる汁物」など、諸説あるそうです。

石川県

岩手県

9/15 (木) ひつつみ

小麦粉を練って固めたものをひつつまんで(平たい団子状にしたものを)汁に投げ入れて作られます。作り方がそのまま名の由来になっているそうです。



9/28 (水) だぶ

だぶは福岡県の行事食として食べられています。お祝い事の際には材料を四角に切り、玉葱が用いられるそうです。

福岡県

長野県

9/5 (月) 五平餅

潰したお米に甘辛い味噌だれを付けて焼き上げます。今回、5年生が行くハケ岳がある長野県の郷土料理として鳴瀬先生がおすすめ献立として紹介してくれました。



今月のリクエストブックメニューのご紹介

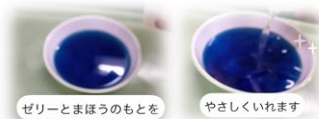
8/31 (水) 魔法ゼリー 「ハリー・ポッターと賢者の石」



大人気、ハリー・ポッターシリーズの第1巻です。魔法ゼリーは、この本をイメージした献立です。6月にも実施しましたが、当日、お休みに食べられなかったお友達のために「もう一度、出してあげてください。」と、優しいお友達がリクエストしてくれました。

著者:J.K.ローリング 訳者:松岡 佑子 出版社:静山社

魔法のかけ方



ゼリーとまほうのもとを

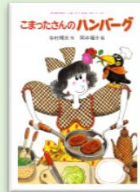
やさしくいれます

どうなるのかな...?

New

9/6 (火)

こまったさんのハンバーガー 「こまったさんのハンバーグ」



みんな大好きなハンバーグ。ちょっぴりおちょこちょいで、あわてんぼうのこまったさんが作るすてきなハンバーグって? 給食では、本に登場するアレンジメニューを取り入れました。

作:寺村 輝夫 絵:岡本 凜子 出版社:あかね書房

すてきな
お手紙やリクエスト
ありがとう!



今月の『先生のおすすめ献立』インタビュー♪

教職員がおすすめしてくれた献立を給食で実施しています。当日の先生たちのメッセージ動画を子ども達も楽しみにしてくれています。



1-3担任・鳴瀬先生

9/5(月)私のおすすめ献立は

長野県の食材を使った献立や料理です

5年生が移動教室に行く、ハケ岳がある長野県のお料理をみなさんと一緒に食べたくて選びました。



用務主事・大友さん

9/13(火)私のおすすめ献立は

カレーライス です

学校のカレーは、市販のものではなく、小麦粉とバターから手作りした心がこもった物です。



9/15(木)私のおすすめ献立は

さばのみそ煮 です。

お魚のお料理が好きで選びました。みなさんはどうですか?



低算数少数人・荒井先生

9/30(金)私のおすすめ献立は

キムタクごはん です。

人気のキムチを使っていて、たくあんも食感も美味しいです!



給食室・石川さん