



1月給食だよ!

令和6年1月9日
さいたま市立田島小学校

寒さが一層厳しくなる時季となりました。冬休みの間、御家族でおいしいものを食べる機会がたくさんあったのではないのでしょうか。ついつい食べ過ぎてしまったり、食事の時間が不規則になったりして、食生活が乱れがちです。まずは、「早寝早起き朝ごはん」で体内時計をリセットして、3学期も毎日元気に過ごしましょう。

🍲🥄🍷📦🍲🥄🍷📦 **全国学校給食週間** 🍲🥄🍷📦🍲🥄🍷📦

学校給食が日本で最初に始まったのは、明治22年とされています。その後、戦争で一時中断し、昭和21年12月24日から試験的に一部の地域で実施され、その後、全国に学校給食が広がっていきました。この、12月24日を「学校給食記念日」としましたが、冬休みと重なってしまうため、1か月後の1月24日からの一週間を全国学校週間として、給食について理解と関心を高めようという目的で定められました。

本校では、22日から26日までの一週間を学校給食週間として、給食委員会による楽しい劇やクイズ、食に関する絵本の読み聞かせ等を給食時間に放送します。給食でも、始まった当時から再現した、鮭の塩焼きにみそ汁、昔から定番のコッペパンや、今も大人気の揚げパン、その他、人気のワンタンスープやカレーもこの一週間に提供予定です。

6年生が考えました!

6年生が家庭科の授業で、給食の献立作りにチャレンジしました。3学期の給食で実際に提供することを想定して、旬の食材を使うこと、埼玉県の地場産物や郷土料理を取り入れることなど、自分でテーマを決めて、一人ひとりが一食分の献立を考えてプレゼンを行いました。限られた時間でしたが、ヨーロッパ野菜をサラダに使ったり、埼玉県の様々な郷土料理を調べて取り入れたりして、素敵な献立をたくさん考えてくれました。その中で、選ばれた献立を1月に提供予定です。本当に作ってみたい献立がたくさんあったので、2月か3月にも一部実施できたらなど考えています。

給食レシピ



どさんこじる ～道産子汁～

材料(4人分)

- ・豚肉(小間切れ) 40g
- ・にんにく……………2g
- ・にんじん……………10g
- ・もやし……………60g
- ・じゃがいも……………100g
- ・豆腐……………80g
- ・ホールコーン……………60g
- ・長ねぎ……………30g
- ・みそ……………40g
- ・しょうゆ……………4g
- ・だし汁……………600g
- ・炒め油……………適量

作り方

- ①豆腐はさいの目、じゃがいもは厚めのいちょう、長ねぎは小口、にんじんはいちょう、にんにくはみじん(チューブでも大丈夫です)にそれぞれ切る。
- ②鍋に油を熱し、にんにくを弱火で炒め、豚肉も一緒に炒める。
- ③にんじん、もやし、じゃがいもを入れてさらに炒める。
- ④だし汁を入れて、あくを取りながら中火で煮る。
- ⑤豆腐、ホールコーンを入れる。
- ⑥ひと煮立ちしたら、みそ、しょうゆを入れる。
- ⑦最後に長ねぎを加えて出来上がり。
※お好みでバターを入れてもおいしいです。

※食材の量は目安なので、作る人数や材料のバランスを見ながら調整してください。