

10月の給食だより

H27 (2015) 年 10月 志木小学校

あまみのりの秋です

さんまをカッコよくきれいに食べよう!



無事に運動会が終わりましたが、10月も行事が盛りだくさんです。慌ただしい中でもしっかり食べられるよう工夫して献立を作成しました。

6年生の考えた献立が登場します!

昨年度に引き続き、10月から6年生の考えた献立が給食に登場します。家庭科の授業で学んだことを生かして夏休みの宿題で「地元野菜を使った我が家のおすすめ献立作り」に一人一人がとりくんだものです。7月の懇談会で保護者の方にもお願い



しましたが、お忙しいなかご協力ありがとうございました。実際に家で料理を作った写真を貼っていたり、保護者の方からのあたたかいコメントもたくさん寄せられていました。子どもたちが一生懸命頑張っていた様子が伝わってきたので、抜粋ですがいくつか紹介させていただきます。



- ・一食分のメニューを一緒に作ったのは初めてで、いろんな準備や行程があるのにびっくりしたようでしたが、最後まで頑張って作りました。また、子どもの苦手な食材を大好きなメニューに加える工夫を子どもと考えてみたいと思います。
- ・安くできる料理の本の中から調べていました。この宿題で、給食の献立を考える大変さがわかったのではないかと思います。料理も上手においしくできました。
- ・レシピをつくる前提条件(予算・旬の食材・栄養など)をクリアするために、懸命に考えている姿が印象的でした。今回の経験を通じて、食材等の価格を知り、さらに、ふだん何気なく当たり前前に食べている食事は、家庭や給食室の皆さんがどのくらいの努力や心を込めて作られているのかをわかっていただければ幸いです。
- ・毎日食べる食物についてこんなに真剣に考えたのは初めてだったのではないかと思います。自分の好みにとらわれすぎず、栄養バランス、予算、残さず食べるための工夫と、とても悩んで考えていました。
- ・今回の宿題で「食」に興味を持てたようです。今はコンビニなどで手軽に「食べる」ことはできますが、健康に留意した「食事」が不足します。今後のためにも大変良い学習になりました。
- ・献立を作るのは難しかったです。バランス・味・予算と量など決められた中で考えるのは想像力なども必要かと思いました。季節を考えて親子で料理本を参考にして献立を作りました。

トップバッターは6年1組の関口さんの「鶏のから揚げねぎソース」の献立で、10月はその他に5名の献立が入りました。内容はとても良いのに予算面や施設面・作業面などによって出せないメニューもありますが、たくさんのおうちのおすすめレシピを地元の旬の野菜をたくさん盛り込み献立にとりいれていきたいと思っています。お楽しみに!

「日本の食文化を知ろう」というのが今月の目標です。27日には昨年同様「さんまをカッコよく食べよう!」のとりくみを通して、箸の使い方を全校で見直します。今年は1~2年生の教室に給食委員と高学年のお箸名人が(3年生以上は学級担任が)さんまの食べ方の模型と紙芝居を持って行き、カッコよくきれいに食べる方法を説明した後、一緒に食事をします。みんなカッコよくおいしく楽しく食べられるでしょうか?下は教室で使う紙芝居です。

さんまのしおやきをきれいにたべよう
カッコよく

給食委員会

1 きゅうしょくには「あたまのぶぶん」は、でてきません。

2 ほねが じょうずにはがれるようにさんまのせなかを はして おします。

3 さんまのせなかに ぞって まんなかに せんを いれます。

4 ひらいて さんまの うえのにくを たべます。

5 ひらいて さんまの したのにくを たべます。

6 ひろがう ほねを しっぽの ほうから とります。

7 ほねのしたのにくを たべます。

8 こんなふうにならば ほねだけに なったかな?

志木小のHPからもレシピを

教室棟2階の給食コーナーにもレシピを置いていますが、志木小HPの給食のページを見ていただくと、先月のレシピが見られるようになりました。

給食のページ

ここには、給食の写真とレシピを公開いたします。メニューについては、TOPページの献立表をご参照ください。

10月	
先月のレシピ	
<input type="checkbox"/> 春雨のエスニック風味サラダ	<input type="checkbox"/> ヤンニョムチキン
<input type="checkbox"/> 北インドのチキンカレー	<input type="checkbox"/> ひみつのかからあげ
<input type="checkbox"/> あじのガーリック焼き	<input type="checkbox"/> ファイバー豆々粒
月	火
	水
	木
	金
	土
	日

【給食の食材について】

- 8・9月の主な産地 ●
- ・にんじん 北海道産
- ・じゃがいも 北海道産
- ・たまねぎ 北海道産
- ・きゅうり 埼玉県産
- ・なす 埼玉県産
- ・みょうが 高知県産
- ・ピーマン 青森県産
- ・冬瓜 神奈川県産
- ・ゴーヤ 群馬県産
- ・モロヘイヤ 群馬県産
- ・ズッキーニ 長野県産を使用。
- 志木小の食材検査は9月7日で、放射性物質は不検出でした。