

給食だより 冬休み号

R1. 12. 24
志木小学校



無事に今年も二学期の給食が終了しました。ご支援、ご協力ありがとうございました。

二学期最後の給食めっちゃおいしかったです。(6年)

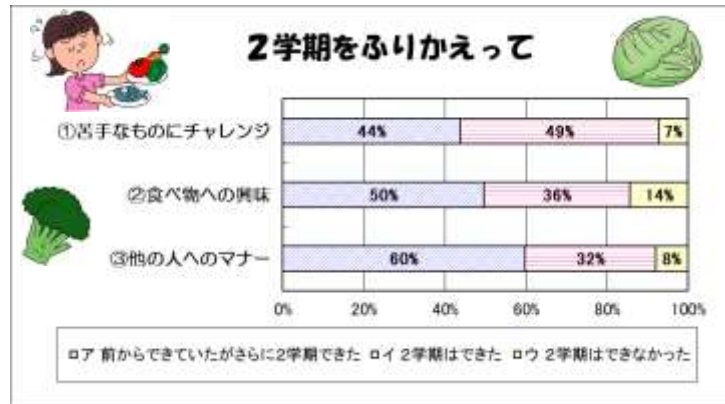
二学期の最終日の「給食室からこんにちは」のお返事があった言葉です。子どもたちからは「とても毎日おいしかったです。いつも朝早くから作ってくれてありがとう。」「一学期より二学期の方が食べられました。」「一学期より苦手な野菜が食べられるようになりました。」



先生たちからは「食育の授業のおかげで、耳をふさいで食べていたり、チャレンジして食べる子がいたりしました。食の話ってやっぱり大切ですね。」「毎日給食が楽しみで学校に来ている子が多かったです。」

ありがとうございます。」「2学期も美味しい給食ありがとうございました。毎日の給食はもちろん、6年生が考えた献立やおもてなし会食でも幸せな気持ちがいっぱいでした。3学期も楽しみです。」というありがたいお返事が届き、給食室一同感激です。次のグラフは、二学期の給食最終日に食べることにする「ふりかえり」をした結果です。

がっせき 2学期をふりかえって



①の「苦手なものが食べられるようになったり、チャレンジできましたか?」は90%以上の児童がチャレンジできていると答えていました。その結果の通り給食の残量も一学期にくらべて格段に減ってきています。

②についてはクラスによって「給食室からこんにちは」へのとりくみ方が違うので差が出ていました。③の「他の人のことも考えてマナーを守って楽しく食事ができるようになりましたか?」についても「おもてなし会食」を積み重ねてきているこ

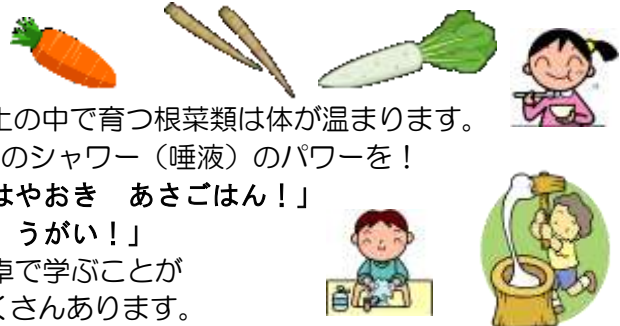
とでいい結果が出てきていると思います。

数値の変化にとらわれるのではなく、実際に子どもたちが生活の中で生かせる力を身につけられるようさらに取り組んでいきたいと思っています。引き続きご協力お願いいたします。



もうすぐたのしい冬休み

ふ ふゆの「あったかやさい」をたべよう! 土の中で育つ根菜類は体が温まります。
ゆ ゆっくり よくかんで たべよう! お口のシャワー(唾液)のパワーを!
や やすみのあいだもつづけます 「はやね はやおき あさごはん!」
す すぐします かえたあとの 「てあらい うがい!」
み みんなそろって たのしくたべよう! 食卓で学ぶことがたくさんあります。



日々の給食のありがたさを感じました。(1年)

78年前(1941年)の12月8日は「太平洋戦争」が始まった日なので、「平和で何でも自由に食べることができる幸せを味わいながら考えてほしい」という趣旨で「ふかしいも・昔のすいとん・二色すいとん」の献立を今年は3日早い6日に出しました。

*だしも使わず、具はにんじんと大根の皮のみ、塩味もついていない
 「昔のすいとん」を先に食べてから「おいしい現代のすいとん」や「ふかしいも」や「みかん」をいただきました。

当日の給食を食べた子ども達や先生の感想をいくつか紹介します。毎年やっていることで子どもたちもこの献立を出す意義に気がついてきている様子が伝わってきました。<12月6日の感想から>

- あじがついていないすいとんだけがまんしてすごいなとおもった。(2年)
- むかしの人にもきょうの美味しい二色すいとんを食べてほしいと思った。(3年)
- 昔はこれでもごちそうだったと聞いて、今の食事すすきらいなく感謝して食べたい。(4年)
- このこんだては5回目ですが、いつもいつもこのすいとんを食べてありがたいなと思っています。でも、これがごちそうと聞いてもっとかんしゃするようになりました。(5年)
- すいとんを食べ、戦争中の人の生活が分かり、とても大変だと思いました。(6年)
- 当時の食事のことを、聞いたり本で読んだりして知っていたとしても、きょうの給食のように「実際に食べてみる」ということが、いかに説得力があり良い体験になるのだとわかりました。このような機会を持てた志木小のみんなは幸せですね。(先生)



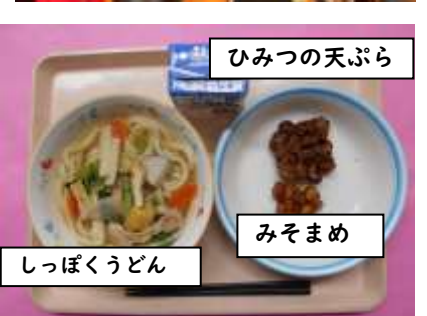
昔のすいとん

ふかしいも 二色すいとん

6年生の出前授業とリンクした献立いいですね。

12月9日に6年生が総合的な学習の時間に落語を通して江戸の食文化を学びました。「時うどん」と「味噌豆」をみんなで体験したあと、実際に高座に上がり演じた児童もいました。給食の時間に学生落語家さん達とも会食をしました。先生たちからは

- 総合の授業で時うどんやみそ豆の話聞いてから食べたので、いつもより子どもたちの食べる意欲はわいていたようです。伝統文化についての興味も高まったように思います。
- きょうの総合の時間にうどんが何からつくられるのかなども学んだのですが、小麦粉と水ともう一つ何かなど意外にみんなわかっていなかったのが勉強になったと思います。うどんもしくさをしながら食べていて人気でしたが、みそ豆の人気はすごかったです。ごちそうさまでした。などという感想が寄せられていました。



お正月料理の由来やいわれを伝えていきたいですね！

日本には四季折々の伝統的な行事や特別な日の行事の時に、いただく料理「行事食」があります。行事食は、自然の恵みに感謝し、人々によって守り継がれてきた食べ物や料理です。その行事食への思いを知り、理解することを通して、これからも大切に受け継いでいきたいですね。お正月は日本ならではの行事食がたくさんあります。いくつかご紹介します。

おせち料理・・・「神様にお供えをし、家族揃ってそのお下がりをいただき神様の恩恵にあやかる料理」で、「めでたさを重ねる」という意味で縁起を担ぎ重箱に詰めて出されます。その神様は大きな音や火が苦手です。ですから、できるだけ音や火を出すことを慎むために、保存の効く料理を作る必要があったのです。おせちは形式にとらわれるよりも新たな年を祝う心、家族の息災や繁栄を祈る心が、一番大切ですね。



黒豆

黒には魔除けの力があるのでその年の邪気を払い「まめ(まじめ)」に働き、「まめ(健康的)」に暮らせるようにとの願いが込められています。



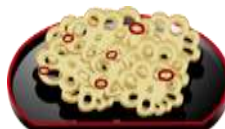
田作り

いわしは昔田んぼの肥料にもされたことから、稲の豊作を願う気持ちが込められています。



昆布巻き

「よろこぶ」につながり、楽しく暮らせるようにという願いが込められています。



れんこん

穴があいているので「将来を見通せて未来が明るいように」という願いが込められています。



数の子

たくさんの卵があるということから、子孫繁栄の願いが込められています。



紅白なます

紅白のおめでたい色は水引を表し、紅白の組み合わせは平和を願う縁起物です。

【給食の食材について】

- 12月の主な産地●
- ・にんじん 千葉県産
 - ・じゃがいも 北海道産
 - ・小松菜 埼玉県産
 - ・里芋 埼玉県産
 - ・ほうれん草 埼玉県産
 - ・ブロッコリー 埼玉県産
 - ・きゃべつ 埼玉県産
 - ・みかん 愛媛県産
 - ・紅マドンナ 愛媛県産
 - ・みそ 埼玉県産 (富士見市) を使用しました。

三学期の給食開始日の1月10日は「新年おめでとう献立」です。

献立内容は赤米を使用したおめでとうご飯・松風焼き・紅白なます・お雑煮の汁イメージしたけんちん汁・牛乳です。

紅白なますは「今まで口にすることがない。」という児童も多いと思うので、どんな味つけにしたらよいか先生たちと相談しました。少し甘めにする予定ですが、お正月に食卓ののった時に一口食べてみるようにお声かけください。



♡ 作ってみませんか? ♡

NO. 764 2019. 12. 3 志木小給食室

きなこトースト

<材料> 5個分
食パン 6枚切り 5枚

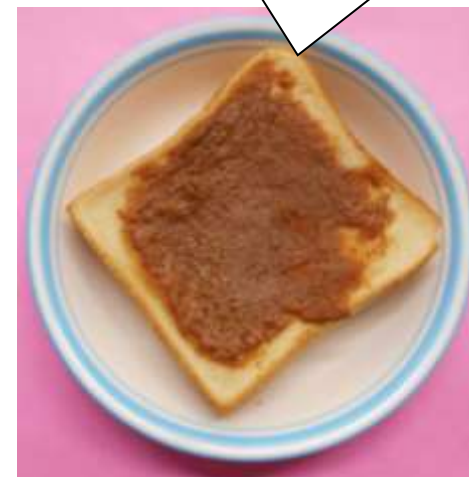
きなこ 20g (大さじ3弱)
上白糖 20g (大さじ2強)
バター 35g (大さじ3弱)

<作り方>

- ① バターは湯煎をして溶かしておき、上白糖ときなこを混ぜておいて加えます。
- ② 食パンに①を均等にわけて塗ります。
- ③ オープントースターなどで焦げない程度にこんがり焼きます。

※給食室では8枚並べたホテルパンを20枚入れて200度で8分程度焼きました。

6年生の高橋さんが「ふだん学校では食べないきなこトーストを紹介したくて考えたレシピ」だということです。教室をまわった時も「すごくおいしい!」と大好評でまったく残りはありませんでした。ただ、800食作る場合は、寒い時期は作業中にバターがすぐ固まってしまうはがれてしまうので、湯煎にかけながら作りました。



<栄養価> 1個あたり

エネルギー	303 kcal
たんぱく質	7.9g
脂肪	9.6g
加水	37mg
鉄分	0.9mg
食物繊維	2.1g
マグネシウム	22mg
亜鉛	0.6mg
塩分	1.0g
糖分	4g