

食育つうしん

少し早めの七夕の給食メニュー(7月5日)は・・・

七夕ゼリー

入野駅にある「ケーキの職人 山本」さんが七夕をイメージして作ってくれました。2層に分かれていて、りんご味とゆず味でした。ハートの形になって入っていたのはにんじんです☆みんなわかったかな～？

オクラのおかか和え

オクラを切ると、断面が星型になるので、七夕にはもってこいですね。苦手な子もいましたが、しっかり食べることができました。

五目散らし寿司

給食できんし卵を作るのが難しいので入り卵を作って混ぜています。夜空のお星様をイメージしています。

天の川スープ

糸かまぼこ→天の川
コーン→夜空の星
ふ→空に浮かぶ雲
をイメージしています。



以前とったアンケートで「苦手な野菜」で多く上がっていたのが「ナス」・・・しかし、ナスは今が旬☆子どもたちにも是非、食べてほしい！と思い、今回初めてマーボー豆腐に入れてみました☆ナスが入っていたことなんて知らずに、パクパク食べてしまった子もいたようです(^v^)
ナスもみんなにたべてもらって大喜びですねっ♪



給食レシピ紹介

7月 1日(月)の給食「マーボー豆腐」

=材料(4人分)=

とうふ	320g	にんにく	小さじ1/2		
合挽ミンチ	120g	しょうが	小さじ1/2		
玉ねぎ	80g	酒	小さじ1/2		
A {	にんじん	60g	B {	さとう	小さじ3
	干し椎茸	4g		しょうゆ	小さじ4
	ねぎ	20g		赤みそ	大さじ2
	ナス	80g		豆板醤	少々

=作り方=

- ①Aはみじん切り、ねぎは小口切り、ねぎは薄い半月切り、とうふはサイコロ状に切る。
- ②しょうが、にんにくはすりおろす。(チューブを使用すると簡単です。)
- ③フライパンにごま油をしき、ひき肉と②を炒める。さらに酒を加え、炒める。
- ④Aを炒め、しんなりしてきたら、水150ml、B、とうふの順に加え、炒め煮る。
- ⑤全体に火が通ったら、水溶き片栗粉(片栗粉小さじ2+水)でとろみをつける。
- ⑥最後にねぎを加えて軽く火を通す。

2年生の保護者の方から返信がありました。この返信を見たとき、ホッと肩の荷が降りたような気がしました。5月から始まった大方の給食は、食べる子どもたちだけでなく、野菜などを作ってくださいる地域の方々や、給食を作る調理員もみんなが“はじめて”だらけでした。学校、家庭、地域のみなさんの協力があってはじめて、給食を作ることができていることを今、改めて実感しています。

母が言うには、私が幼い頃から婦人会で学校給食を要望する運動をしてきた、とのこと。何十年経ち、やっと大方にも給食が・・・ととても喜んでます。少しずつ、子どもたちの食への育ちに全進していけるよう、家庭でもやるべきことを見つけがんばってみたいと思います。冬にはあったかいごはん、いいですね(^v^)食事のときは、よく給食の話が出て、頼もしく聞いています。食材や調理法、量は“慣れ”もあるもの。保護者は長い目で、応援していく姿勢でいたいです。

きりと

食育つうしん返信らん

年 名前

～給食に関するご意見、ご感想などをお寄せください～