

保護者様



給食だより 2月号



横浜市立富岡小学校
校長 浅野 修一
栄養職員 角田悠紀子

2月の給食

◎節分の行事食を取り入れました。

(煮魚・揚げだいず)



◎寒さに負けない食事として、体を温める汁物・シチュー・煮物を取り入れました。

(きつねうどん・呉汁・豚汁・かきたま汁・みそおでん・生揚げとだいこんの煮物・

カレービーンズシチュー・野菜のスープ煮・肉だんごとはくさいのスープ・ミネストローネなど)

◎旬の食品を多く取り入れました。

(さば・はくさい・だいこん・こまつな・みずな・ほうれんそう・かぶ・ブロッコリー・いよかん)

◎我が家の自慢料理の入賞作品を取り入れました。

(かつおそぼろ)



なし

富岡小食育レポート その① ~学校菜園のだいこんを給食提供しました~

3年生と地域の花壇隊ボランティアのみなさんが、総合的な学習の時間の授業で育てていただいたいこんを、1月24日の給食の「ぶりだいこん」で全校提供しました。

子どもたちは12月に一度だいこんの収穫を行い、ひとり一本ずつ持ち帰りました。大きく立派なだいこんが持ち帰り切れないほどの大収穫。今年も給食に出す献立のアイデアが出てきました。育てていた青首大根と丸い蕪のような聖護院大根のうち、青首大根を給食で使いました。

当日は花壇隊のみなさんを招待して、じわ~っと中まで味が浸み込んだだいこんを頬張りながら、楽しく会食することができました。またオリジナルのランチタイムズで、3年生のだいこんを全校にPRし、採れたてのだいこんを、全校で美味しく味わいました。

今回はだいこんの葉は寒さで黄色くなってしまっていて使うことができませんでしたが、12月に持ち帰ったときには、それぞれの家で料理して食べたそうです。なかなか流通しないだいこんの葉を堪能できるのも、手作りならではの貴重な経験ですね。



富岡小食育レポート その② 給食週間の取り組みを実施しました



日本では戦後給食を再開した日を記念して、1月24日を給食記念日としています。本校では、今年は1月22日～26日を給食週間とし、まず給食週間直前の18日に、クラスごとに給食の大切さを考える取り組みを行いました。6月の食育月間で学んだバランスのよい食事について振り返り、5月と12月の残食量を比較してよくなったところ・改善すべきところを考えました。実感としては随分いろいろな料理で残食量が減ったように思われますが、子どもたちが苦手な食べものや、食べられないメニューでは残食量がぐっと増えてしまっていました。そこで、そんな子どもたちの苦手な、あるいは食べられない食べものを美味しく食べてもらうために、調理で工夫していることや、調理員さんからのメッセージを紹介しました。また、23日の給食集会では、ランチ委員会がオリジナルクイズ劇のテレビ放送を行いました。

この給食週間を通して、健康の意義や、それぞれの食べもののよいところ、子どもたちの健やかな成長を願っているたくさんの人の努力が伝わったら嬉しく思います。

なぜ、バランスよく食べることが大切なのでしょう

- わたしたちの体は、食べたものでできています。
- 食べものに入っている**健康(元気)のもと** ビタミン **栄養素** タンパク質 といひます。
- 栄養素にはいろいろな種類があり、それぞれに大切なはたらきがあります。

6月の食育月間の取り組みを思い出してみよう!

まずは、食育月間で学んだことの振り返り

半年間のみなさんの食事のバランスはどうだったでしょう

5月と12月の給食をふりかえってみましょう...

レシピにはない調理の工夫あれこれ

1日にのこる給食の量

	5月	12月
ごはん	25人分	25人分
牛にゅう	25人分	25人分
にくのおかず	25人分	10人分
魚のおかず	30人分	35人分
野菜のおかず	35人分	35人分
果物	40人分	15人分

すきな食べものをふやしてもらうための工夫

- 水がげん・にがげん
- 野菜をゆでたあとの水切り

調理員さんたちより

調理員さんからの素敵なメッセージに、心も温まりました。

■ランチ委員会オリジナル劇

今年は富岡小完全オリジナルのクイズ劇を行いました。

ある日の給食の時間を舞台に、「いただきま〜す！」から物語が始まります。給食を食べているなかで湧いてきた栄養素や食事のマナーの疑問を、クイズを通して解決していきます。赤・貴・緑の食べもののはたらきを表す色は、実際の食べものの見た目色とは関係がないことなど、間違えやすいポイントも楽しく学ぶことができました。ランチ委員さんたちが何ヶ月もかけて準備してきた甲斐あって、クイズ劇は大盛況でした。



時計広場には、ランチ委員会作成の新聞やポスターを掲示しています。