

食育通信

比治山小学校（平成26年4月）



食育通信の発行は、「食育の日」前後を予定しています。比治山小学校の食育について情報をお知らせします。よろしくお願いします。

給食室メンバー紹介

17日（木）から1年生の給食が始まり、今年度は、教職員も含め、約780人分の給食を作ります。メンバーは、栄養教諭（栗本）と給食調理員8人（伊藤・谷崎・富満・祝・岩本・川本・鈴木・田中）です。「給食おいしかったよ！」と子どもたちに言ってもらえるよう、力を合わせ、安全かつ、愛情こめて作っていきたいと思います。よろしくお願いします。

1年生の給食開始の前に

15日（火）に1年生を対象に給食開始前の話をしました。調理員が実際に登場し、給食室で使用している器具を家で使っているものと比較したり、大しゃもじと身長を比較したりしました。子どもたちはみんな大きな道具を見て歓声をあげていました。



身じたくバッチリ ザルや泡立て器 スパテラ しゃく タライ
(大しゃもじと大おたま)

さらに、飲み物のカルシウムくらべをし、「どうして給食の飲み物が牛乳なのか」について、カルシウムのカルちゃん人形を使い、話をしました。ぜひ、ご家庭でどんな話を聞いたかたずねていただき、給食のことを話題にしていただけると嬉しいです。



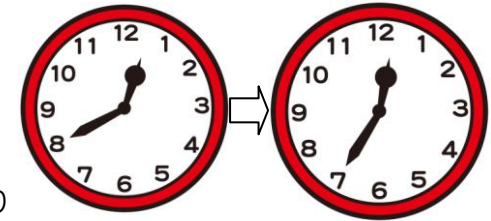
給食目標

今年度は、給食目標を精選し、3つにしぼって指導しています。

時間内においしく食べよう

この目標は、準備をできるだけ早くしてゆっくりと食べる時間をとることを目標にしています。

『準備時間を20分から15分に！』と取り組んでいます。



好ききらいなく残さず食べよう

本校は、ごはんの残食が市の平均の2倍あります。そこで、ごはんとおかずをしょうずに食べること、苦手なものも一口は食べることを目標にしています。

ごはんは、最初に配膳する時、残らないよう考えてつぐようにしています。



食べものはかせになろう

日めくり配膳表のクイズや、広島県の郷土食・地場産物を紹介する中で、広島県の食文化や食品に関する知識を学ぶことを目標としています。

日々、担任が行う給食指導を通して、食に関する知識が増えてくれればよいと思います。



給食の献立から：食育の日（19日）には一汁二菜または一汁三菜の献立です。

昆布豆（4月）

<材料>

大豆水煮	120g
各切昆布	6g
にんじん	30g
しょうゆ	大さじ1
さとう	大さじ1
みりん	大さじ1/2
だし汁	1/2カップ

- ①大豆は水気をきっておく。
- ②昆布はさっと洗う。
- ③にんじんは小さめの角切りにする。
- ④だし汁と調味料を煮立て、にんじん、昆布、大豆を加えて煮含める。

常備菜として
いかがですか？