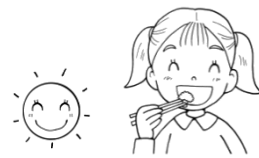


おいしいねえ～ たのしいねえ～



令和4年3月
呉市立呉中央小学校
栄養教諭 奥川美恵子

げんき いちにち あさ
～ 元気な一日は、朝ごはんから！～

給食の感想

まいにち かんそう とど
毎日、たくさんのクラスから感想が届いて
いますので、毎回少しずつ紹介します。

教室から(きょうのきゅうしよくのかんそうをきかせてね)

2月7日(月) 4年1組

イノシシ肉はコリコリしておいしかったです。



がつなの か 2月7日 さかなそばごはん ぎゅうにゅう ぼたんじゅる

給食では初めてイノシシ肉が登場しました。呉市川尻町で捕獲されたイノシシの肉を使用しました。

教室から(きょうのきゅうしよくのかんそうをきかせてね)

2月8日(火) 4年2組

かきは、ふっくらだけどかきやあらかかったのでおいしかったです。



がつようか 2月8日 パン ぎゅうにゅう カキのシチュー レタスサラダ

広島県産の蒸しガキを使用しました。ふっくらとやわらかいカキでした。

教室から(きょうのきゅうしよくのかんそうをきかせてね)

2月14日(月) 3年2組

ユーリンチーが甘かしくておいしかったです。また作って下さい。



がつ にち 2月14日 ごはん ぎゅうにゅう ユーリンチー コーンキャベツ ワンタンスープ

油淋鶏は中華料理のひとつで、油で揚げた鶏肉に甘酸っぱいソースをかけた料理です。

教室から(きょうのきゅうしよくのかんそうをきかせてね)

2月17日(木) 5年2組

今日は、雪がふって、寒いですが、おでんを食べると
ポカポカになりました。



がつ にち 2月17日 ごはん ぎゅうにゅう おでん じゃこふりかけ

おでんや鍋など冬ならではのメニューは、体が温まるので寒い日にはうれしいメニューです。

給食レシピ

教室から(きょうのきゅうしよくのかんそうをきかせてね)

2月18日(金) 5年3組

だいずのごそくにがおいしかったのでお母さんに作ってもらいます。

だいず ごもくに つく かた
大豆の五目煮の作り方

いへ つく
— ぜひ家でも作ってみてください。 —

ざいりょう にんじん
<材料 4人分>

かんそうだいず ぎゅうにく
乾燥大豆30g 牛肉40g
にんじん30g れんこん50g
こんにゃく40g さつま揚げ30g
かくぎりこんぶ さやいんげん30g
いた あぶら てきりよう
炒め油 適量 みりん 小さじ1
さとう こ おお
砂糖 小さじ2 しょうゆ 大さじ1

つく かた
<作り方>

① だいず は一晩水に浸し、やわらかくゆでる。②にんじん、
れんこん、こんにゃく、さつま揚げは1～2cmの角切りに
し、さやいんげんは1cmの長さ^{なが}に切る。こんにゃくはあく
抜きをする。③牛肉を油^{あぶら}で炒め、にんじん、れんこん、
こんにゃくを加えて炒める。④だいずをゆで汁ごと加えて
煮る。⑤みりん、砂糖、しょうゆを加えて調味し、さつま
揚げ、かくぎりこんぶ、さやいんげんを加える。



=== ひろしま 給食 ===

広島県では、全校で「ひろしま 給食」の取組をしています。「ひろしま 給食」は、広島県産の食材を活用した広島ならではの料理で、7月から8月にかけてレシピの募集があり、応募された作品の中から選ばれました。

今年の「ひろしま 給食」は、「給食からSDGsを考えよう」というテーマで、広島県産の食材5品目（小松菜、白ねぎ、大根、はっさく、小いわし）のうち、いずれかを使ったもので、簡単に作ることができる料理であることが応募条件でした。

呉市では、3月1日に今年度の「ひろしま 給食」が出ました。

「あんかけごはんではひろしまじゃんじゃん食べようや！」です。坂町立坂中学校2年生の生徒が考えました。広島県産食材のうち、小松菜、白ねぎ、大根を使っています。他にも広島県でたくさんとれるしらす干しやしめじも入っています。もともとのレシピは焼きおにぎりにあんをかける料理ですが、給食では難しいので、白ごはんの上にあんをかけるようにアレンジしました。あんかけで冷めにくく、野菜のうまみや栄養素も無駄なく食べられる一品です。

広島県教育委員会「ひろしま 給食推進プロジェクト」のホームページには、レシピや生産者の動画がありますので、ぜひご覧ください。



《オリジナルレシピ》

あんかけおにぎりでは広島じゃんじゃん食べようや！

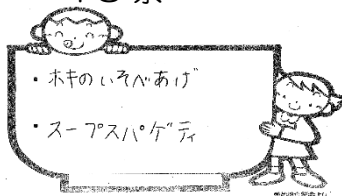
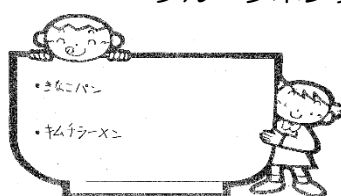
【ひろしま 給食推進プロジェクトのホームページ】

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyouiku/juten-kyusyokusuisin.html>

=== 卒業までに食べたい給食アンケート ===

以前、6年生さんに「もう一度食べたい給食アンケート」に答えてもらいました。その結果をお伝えします。食べたい給食はたくさんあるのではないかと思います。1人2品ずつ記入してもらいました。

第1位	きなこパン	35 票
第2位	キムチラーメン	31 票
第3位	呉っ子元気カレー	18 票
	フルーツポンチ	18 票



このアンケートは、呉市内の各小学校の6年生に答えてもらいました。上位だったメニューが3月の給食にたくさん出てきます。6年生さんも、他の学年のみなさんも1年間の締めくくりとして、どの給食もしっかり味わって食べてほしいと思います。