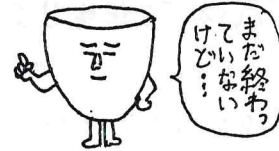


いよいよ3月！今年度の給食を振り返って

とにかく、『予算が厳しい一年だった！』…です。

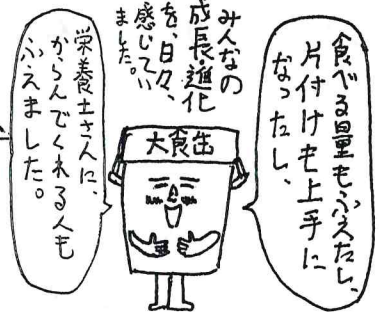


「栄養士なのに、お金のことばかり考えている…」「今日の給食さびしい、しょぼい…」
などなど、やるせなさ、切なさ、申し訳なさを感じることの多い一年でした。

でも、そんな中でも、たくさん学校に行くことができ、
多くの人と関わることができたことは、良かったことです。

「わざわざ来てまで話すこと!？」と思っていた人もいるでしょうが、

みんなに「給食を作る人」の存在を知ってもらい、何かしらの言葉や思いを伝えることができたことは、とても意味のあることだったと思っています。また、みなさんの協力を得て、給食を活用した取り組みを充実させることができたことも、良かったことです。



「そんなことしたって、給食が豪華になるわけじゃないだろ!」

と言われたのなら、その通りです。でもきっと、
これら取り組みを通して、より多くの人の
給食に対する興味や関心が高まり、
給食時間の楽しさや、笑顔が増えたはず!…です。

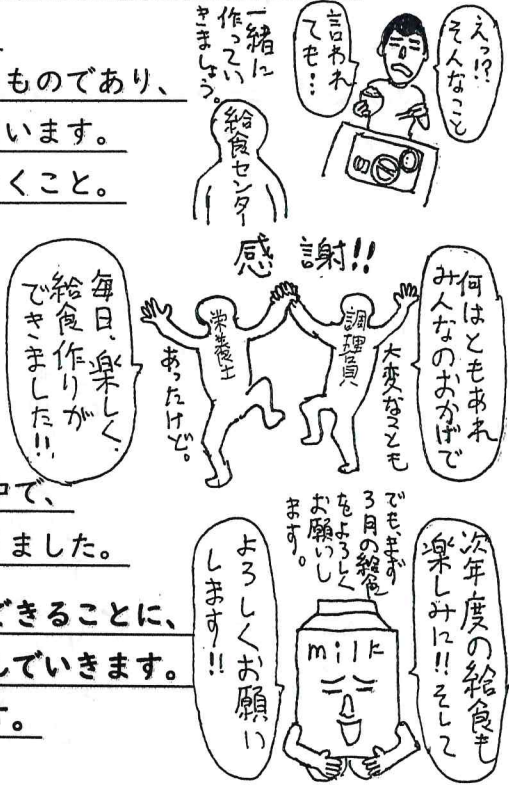
豊かな毎日と、健やかな成長の支えとなれる『魅力ある美味しい給食』!

を目指して、給食センターは日々、給食作りに励んでいます。
そしてそれは、給食センター内だけの頑張りでは叶えられないものであり、
みなさんと関わりながら、共に作り上げていくものだと思っています。
みんなが、給食への興味や関心を持てるように働きかけていくこと。

「作る側」「食べる側」が、顔を合わせ、言葉を交わし、
お互いを意識し合い、協力し合える関係を築いていくこと。
そんな取り組みを重ねていくことで、毎日の給食は、
より美味しく、楽しく、魅力あふれるものになっていく、
と思っています。

できないことだらけの一年でしたが、みなさんとの関りの中で、
「良くなっている!」と思える場面も多くある一年でもありました。

次年度も苦しい状況は続くと思われませんが、前を向いて、できることに、
できる限り取り組んで、よりよい給食を提供できるように励んでいきます。
今後とも、給食へのご理解とご協力を、よろしくお願ひします。



給食メニューをお家で作ってみよう! ~6年生リクエストメニューから~

6年生の給食も残りわずかとなりました(3月は12回!).

2月から実施している「6年生リクエストメニュー」ですが、その中から、いくつかのメニューを紹介したいと思います。

これまでの給食の日々を振り返りながらぜひ作ってほしい!

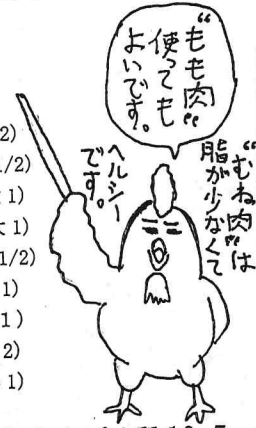
※「材料の量」「調味料の量」は大量調理での分量です。好みに応じて調整してください。



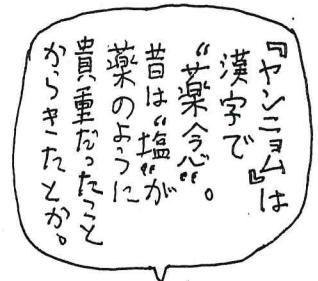
出せなかったリクエストメニュー『ヤンニョムチキン』のレシピ

【材料 5個分】

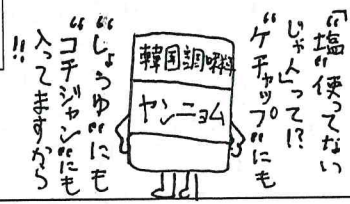
- ①鶏むね肉 200g
- ②片栗粉 28g(大2)
- ③おろしにんにく 2g(小1/2)
- ④ごま油 5g(大1)
- ⑤ケチャップ 20g(大1)
- ⑥濃口醤油 3g(小1/2)
- ⑦コチジャン 5g(小1)
- ⑧はちみつ 7g(小1)
- ⑨砂糖 6g(小2)
- ⑩水 5g(小1)



- (1) ①を5等分にカットして、②~④と合わせる。
- (2) ⑤~⑩を合わせて、混ぜながら火にかける。とろみが出てきたらタレの完成。
- (3) 170~180℃の油で(1)を揚げる。(2)のタレをからませたら完成!



1枚分栄養価【152kcal たんぱく質10.5g 脂質5.2g】



手作りするのもアリです!『じゃが芋チップス』のレシピ

【材料 5人分】

- ①じゃが芋(皮むいて) 175g
- ②塩コショウ お好み



- (1) ①をうす〜くスライスして、水にさらす。
- (2) ペーパーなどで(1)の水気をふき取り、170~180℃の油で、揚げる。
- (3) ②をまぶして完成!

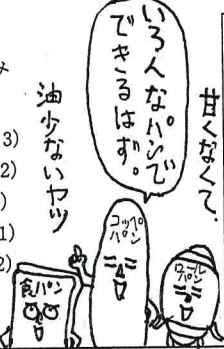


1枚分栄養価【58kcal たんぱく質0.6g 脂質4g】

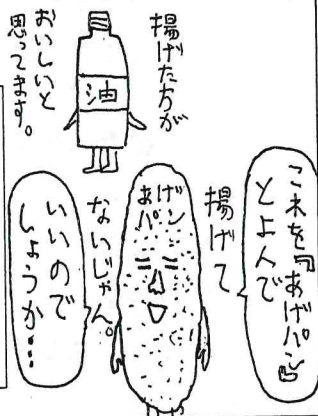
あの人気メニューをお手軽に!揚げない『あげパン』のレシピ

【材料 5人分】

- ①パン お好み
- ②油 適量
- ③きな粉 15g(大3)
- ④スキムミルク 14g(大2)
- ⑤粉末黒糖 6g(小2)
- ⑥三温糖 10g(大1)
- ⑦アーモンド粉末 12g(大2)



- (1) ①パンの全面に②油をぬり220~230℃オーブンまたは1000Wトースターで2~3分焼く。(焦げに気をつけて)
- (2) ③~⑦を混ぜ合わせる。
- (3) 熱いうちに(1)を(2)にまぶしつけたら完成!



美味しく楽しく、しかり食べて、笑顔で頑張ってください。



6年生のみがえんは屋部給食センターから「卒業」です。これから「食」を大切に、成長と活躍を願っています。