

食育だより

ねんせい きゅうしよく ししよくかい

1年生給食試食会

令和6年11月6日
大崎上島町立東野小学校

《11月食育目標》
○食事と健康の関係について考えよう

10月15日に1年生保護者対象の給食試食会を行いました。はじめに、ランチルームで児童が給食を配膳する様子や食べている姿を参観していただきました。その後、家庭科室で試食と給食懇談会を行いました。懇談会では、はじめに校長先生から食育の重要性について話がありました。次に、栄養教諭から献立内容や食事マナー、さらに給食ができるまでをお話しました。ご参加いただきありがとうございました。



【当日の献立】 麦ごはん 牛乳 チキンカレー りっちゃんのサラダ みかんゼリー

【アンケートより】

① 給食参観について

- 子供たちが一生懸命に準備をして、みんなで楽しそうに食べている姿を見て、給食の大切さを改めて感じることができました。
- 給食が大好きで、苦手なメニューも減らさず食べようとしているといつも話してくれます。今日は好きなメニューばかりだったので、もりもり食べていました。

② 給食について

- 子供から聞くおいしい給食を試食できて、家庭内で話題が増える機会となった。
- カレーの隠し味に、赤ワインやいろいろなソースを入れて作ってあり驚きました。みかんゼリーの作り方を是非教えてほしいです。(右の欄にレシピを掲載しています。)

③ 給食懇談会について

- 1つ1つのメニューが手作りで作られていることがよく分かりました。
- 安心安全な給食を提供して下さっていることに感謝です。
- 調理員さんの取り組みもとても安心できました。



今年度の大崎上島町給食統一メニューは『日本各地の行事食』です。

かぐらに 神楽煮しめ：宮崎県

宮崎県高千穂町では、毎年11月半ばから2月まで集落ごとに神楽が奉納されます。夜を徹して舞われる夜神楽では、途中でヨナガリという夜食をはさみますが、そのとき、村人に酒と料理がふるまわれます。その中でも、最も喜ばれるのが「神楽煮しめ」です。

材料(4人分)	分量	作り方
乾燥しいたけ	8g	①乾燥しいたけと干したけのこは水でもどし、半月切りにする。
干したけのこ	40g	
切り干し大根	20g	
乾燥ぜんまい	8g	
結び昆布	8g	
厚揚げ	60g	②切り干し大根と乾燥ぜんまいは水でもどし、5cmに切る。
里芋	200g	
板こんにゃく	100g	③人参は半月切りに、厚揚げは三角に、里芋は一口大に、板こんにゃくは角切りにする。
人参	80g	
砂糖	大さじ1・1/3	
しょうゆ	大さじ1・1/2	④結び昆布は水でもどしておく。
酒	大さじ1/2	
だし用煮干し	8g	⑤煮干しと水でだしをとり、調味料と材料を入れてじっくりと煮る。
水	400ml	



みかんゼリー



材料(5個分)	分量	作り方
粉寒天	2g	①粉ゼラチンは分量の水でしめらせておく。
水	150ml	
粉ゼラチン	2.5g	②鍋に水と粉寒天を入れて弱火で2~3分煮た後、砂糖を入れて溶かす。
水	大さじ2	
みかんジュース	200ml	③火を止めて、ジュースとゼラチンを入れてよく混ぜる。
砂糖	大さじ3・1/2	