

龍食だより

R4.2月 龍ヶ岳共同調理場

1月は毎日テーマ給食でした。

①受験応援食

毎年恒例の中3の志望校合格を願って、頭の働きが良くなる食べものや、願掛けメニューを実施しました。



いわしの生姜煮



合格勝つおにぎり



納豆



合格お守りパン

1月14日(金)には小6と中3の教室でリモート交流を行い、受験期の食生活について6年教室からお話をさせていただきました。6年生も3年後の自分を想像しながら聞くことができました。

(中3のみなさんの感想より)

- ① 受験に向けて「まごわやさしい」の食生活を心がけたいと思います。朝ごはんをしっかり食べないと実力が出せないことがあったので、受験当日はしっかり朝ごはんを食べて栄養をつけて試験に臨みます。
- ② 今日のお話を聞いて、受験に向けて食生活を見直す必要があるなと思いました。夜お腹がすいたらインスタント食品を食べてしまいます。頭の働きが良くなる「まごわやさしい」の食材を中心に献立を立てるよう親にお願いしようと思います。食生活で受験合格するぞ！おう！

②給食の歴史



日本で最初の給食



40~50年前のカレー



今も昔も大人気

学校給食の歴史をふり返る献立を3日間実施しました。1日目は明治22年（今から133年前）、山形県の小学校でお弁当を持ってくることができない貧しい子どもたちのために提供された「おにぎり、めざし、漬物」をモチーフにした献立でした。2日目は40～50年前の龍ヶ岳の給食のカレーをイメージした献立です。当時のカレーは具もルーも少なくさらさらとしていて、肉の代わりに竹輪や天ぷらが使われたそうです。3日目は今も昔も変わらず人気の「あげパン、スパゲティミートソース、ポテトサラダ」でした。今は献立も種類豊富になりましたが、昔は手作りパン＝あげパン、スパゲティ＝ミートソースだけでした。

③ 上天草味の旅



梅肉ポーク生姜焼き



朱次郎
ちりめんパスタ



じゃこパン

天草大王ポトフ

給食で上天草市を一周、味の旅をしました。おなじみの梅肉ポークやちりめんに加え、年に一度の湯島大根や天草大王、そして手の込んだ郷土料理のぶえん寿司、と地場産物をたっぷり味わいました。特に好評だったのはじゃこパンで、中学校の先生方に喜んでいただきました。



ぶえん寿司風

湯島大根おでん風

じゃこパン 4人分・・・(材料)食パン 4枚、ちりめん 20g、スライス玉ねぎ 60g、コーン 20g、炒め油、マヨネーズ 30g、とろけるチーズ 40g

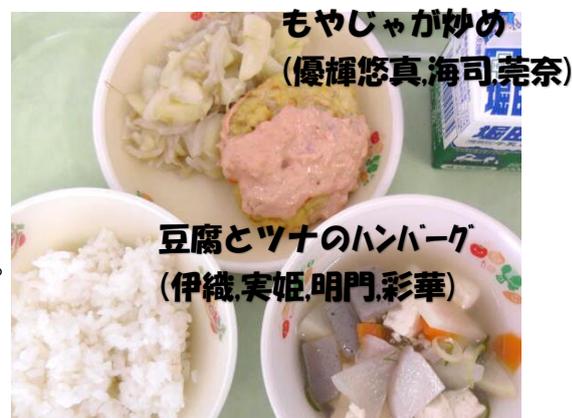
(1) 玉ねぎとコーンを、フライパンで炒め、仕上げにちりめんを入れ、マヨネーズで味付けする。パンに乗せてチーズをトッピングしてトーストする。

④ 6年生考案献立

6年生は12月に家庭科で一食分の食事を考える学習を行いました。各班ご飯とみそ汁に合う主菜、副菜を考案し、おいしそうな献立が完成しました。

毎日の献立を考えるお家の方の苦勞も学びました。

代表で給食に採用させてもらったのはヘルシーな豆腐とツナのハンバーグ、バター味が決め手のもやじゃが炒めでした。



もやじゃが炒め

(優輝悠真,海司莞奈)

豆腐とツナのハンバーグ
(伊織実姫,明門彩華)