1月きゅうしょくだより

藤沢市立辻堂小学校
2024年1月

あけましておめでとうございます。新年とともにいよいよ最後の学期が始まりました。冷たい水で手を洗うのが大変な時期ですが、子どもたちは寒さに耐えながらもきちんと手洗いしています。日ごろのご家庭でのご指導の賜物だと感じます。

今年も給食室一丸となって、おいしく安全な給食づくりに努めてまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

1月24日～30日は 全国学校給食週間

辻堂小では１月22日～26日を学校給食週間とし、全国５カ所の都道府県のご当地料理や名産品を使ったメニューが登場します！

学校給食の始まりは？

学校給食は、明治22年(1889年)、山形県の忠愛小学校で、家が貧しい子どもたちへ無償で昼食を出したのが始まりとされています。献立は塩さけ、おにぎり、漬物といわれます。その後、全国各地に広まりました。

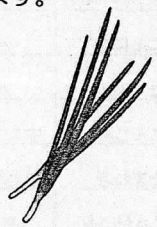
学校給食の役割は？

現在の学校給食は、栄養バランスのとれた食事で、成長期にある子どもたちの健やかな成長を支え、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるために重要な役割を果たしています。

シーサー

学校給食週間
『給食で日本の旅』

みんなで給食を味わいながら日本中を旅をしよう！



1月22日（月）北海道
みそラーメン
じゃがバタコーン

北海道はその広大な土地を利用して、農業や酪農をさかんに行っています。北海道の魅力を味わいましょう。

1月25日（木）京都府
さわらの西京焼き
三色煮びたし
すまし汁（九条ねぎ）

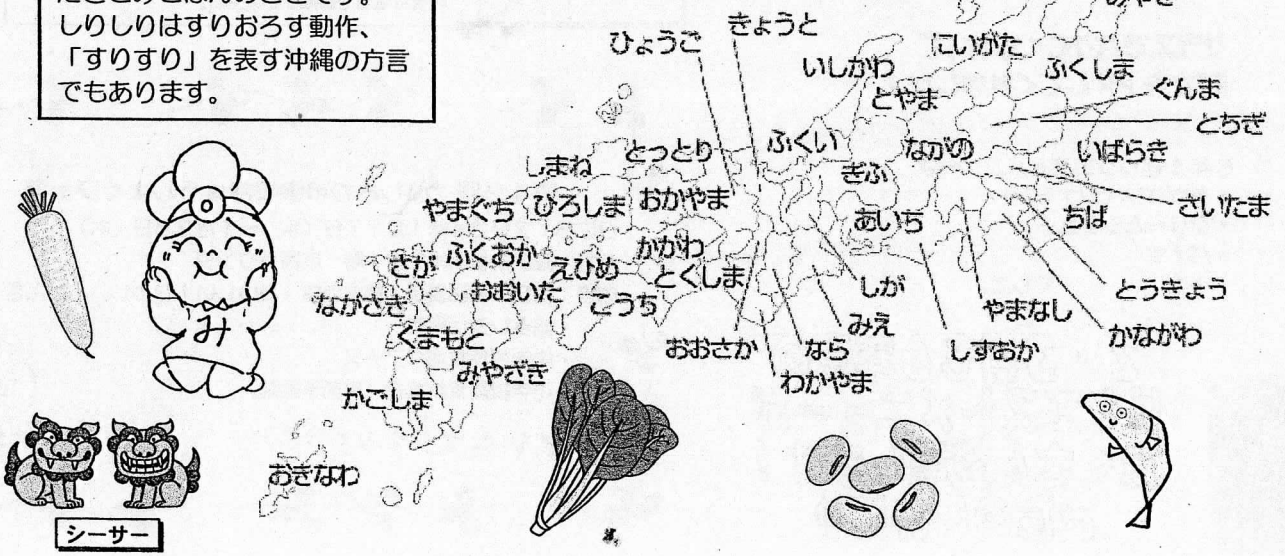
西京みそは精進料理や懐石料理によく使われる甘いみそです。すまし汁には京野菜の九条ねぎを入れました。

1月26日（金）沖縄県
ジューシー
にんじんしりしり

ジューシーは沖縄の家庭料理のたきこみごはんのことです。しりしりはすりおろす動作、「すりすり」を表す沖縄の方言でもあります。

1月23日（火）青森県
ほたてごはん
りんご缶

本州の最北端、青森県は海の幸と山の幸にめぐまれたところです。中でもほたての養殖量は全国トップクラス！このほかにも青森の名産品ごぼうを使った「のっぺい汁」も出ます。



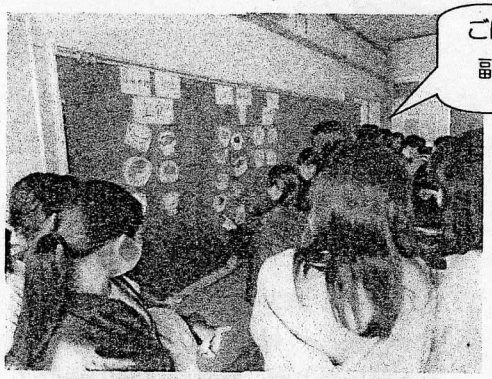
1月24日（水）神奈川県
ふじさわロールパン
ポークビーンズ（藤沢産大豆）
あおなとしらすのソテー

藤沢でとれた小麦、大豆、あおな、湘南しらすを使ったふじさわランチです！

6年生 リクエスト給食を考えよう

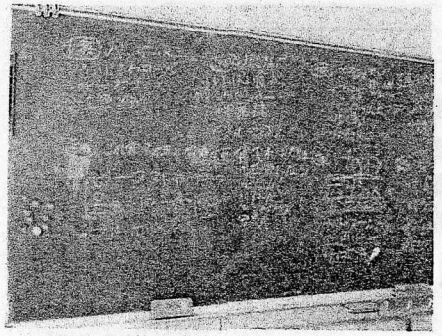
12月に、６年生が家庭科の知識を復習しながら、給食の献立のたて方について勉強しました。そして、「思い出に残る給食」をテーマに、実際に給食の献立を立ててみました。「献立を考えるのは楽しい」「食缶やお皿まで考えていたのは知らなかった」「栄養バランスやいろどりなども考えるのは大変だった」と授業をふりかえっている子もいました。

あと３ヶ月、みなさんの思い出に残る給食になるように、給食室も一丸となって一生懸命愛情こめて作ります！最後までおいしく楽しく食べてくれるとうれしいです。



ごはんは主食、主菜、副菜、どれだろう？

どれが選ばれたかは当日までヒミツです・・・



クラスでパクもぐも作って献立をPRしてくれました！

６年１組リクエストメニューは
・あげパン（シナモン）
・クリームシチュー
・バナナ
・牛乳　　でした。

2・3月も6年生のリクエストメニューがたくさん登場します！おたのしみに♪

リクエストありがとうございます！

つくってみませんか？

豆と野菜のスープ（4人分）

油	小さじ1/2
ショルダーベーコン	2枚
にんにく	少々
セロリ	少々
にんじん	中1/2本
たまねぎ	中1/2個
じゃがいも	中1個
白いんげん豆	40g
しお	小さじ1
こしょう	少々
スモールシェルマカロニ	40g
パセリ	少々
スープ	600cc

① ショルダーベーコン…短冊切り
にんにく…みじん切り　セロリ…うす切り
にんじん・たまねぎ・じゃがいも…さいの目切り
パセリ…みじん切り

② 白いんげん豆、スモールシェルマカロニはゆでておく。（白いんげん豆の水煮されたものを使う場合は、2倍量用意する）

③ 油でにんにく、セロリを炒め、にんじん、たまねぎ、じゃがいもを炒める。

④ スープをはって煮込み、白いんげん豆を入れ、しお、こしょうで調味する。

⑤ マカロニを入れて少し煮、パセリを入れる。

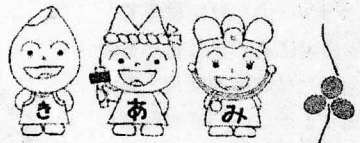
＊ 学校ではスープはガラでとります。市販の場合は塩分を加減してください。

白いんげん豆は食物せんいが豊富で体にいいんだよ！

シンプルで出汁のうまみが感じられるスープです。
ベーコンの代わりに豚肉やウインナーを入れてもおいしい♪

第４２回　ふじさわ市学校きゅうしょくフェア

日にち：２０２４年1月17日（水）～1月25日（木）
会場：藤沢市役所本庁舎１階　市民ラウンジ
内容：児童の絵画展示（給食の絵「おいしい！たのしい！げんき！」）
給食レシピ配布
中学校給食紹介ブース
中学校給食試食会（事前予約制）

ぜひお立ち寄りください！

あそびにきてね！