



3月 平成28年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課

たんたん



きゅうしょくだより

ニン太

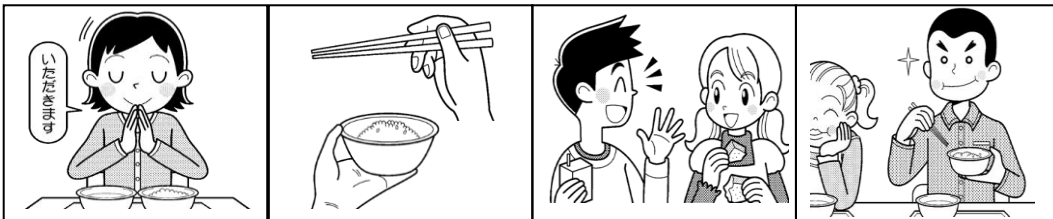


給食に関する質問等は、調理所までご連絡ください。(Tel 22-4008) e-mail :kyuu01@mc.city.iwamizawa.hokkaido.jp

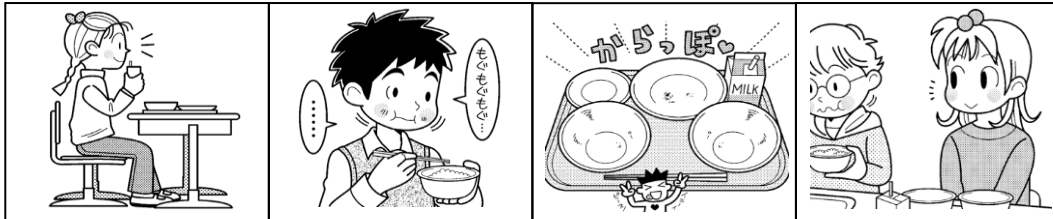
給食の1年間をふりかえろう



早いもので、今の学年も残すところあと1か月となりました。みなさん、心も体も大きく成長しましたね。卒業と進級を前に、給食時間や毎日の食事のことを思い返して、新しい生活への準備をしましょう。毎日の給食時間の過ごし方や食事の仕方はどうでしたか？下の8つのイラストを見て、給食の1年間をふりかえってみましょう。

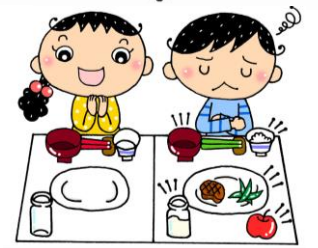


感謝の気持ちをこめてあいさつができた
はしや食器を正しく使って食べるのができた
楽しく会話しながら食べるのができた
机にひじをつかずに食べるのができた



背筋をまっすぐにのびして食べた
食べ物が入っている時は話さず食べた
好ききらいをせずに残さず食べた
食べ終わっても席で静かに待てた

マナーを守って食べられたかな？
できなかったところは、次の学年でがんばってみようね！



~今月のもくひょう~

1年間の反省をしよう

毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。ぜひ、お子様と一緒に読んで下さい。

給食費は期日までの納入をおねがいします。
給食費は食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。

2月に登場した献立から紹介するよ☆
おうちで作ってみてね！

釧路漁師出前講座

1月27日(金)に、北村小学校3・5年生、志文小学校5年生が、いつも産地間交流で鮭やさばを提供してくださっている釧路市漁協の漁師さん達に、魚や海の生き物について教えてもらう出前授業をしました。実際に漁で使っている網や浮き、実物の魚や貝にふれたり、いわしを包丁を使わずにさばいて調理するなど、貴重な体験をした子ども達。これからの食生活で魚をもっと食べよう！というきっかけになったようです。



漁具について教えてもらう様子
いごの手作りメニューを教える様子

ニンのレッツ COOKING

地場産物とトロトロチーズの肉じゃが

- 材料(4人分)
- 豚もも肉・・・80g
 - じゃがいも・・・100g
 - 玉ねぎ・・・100g
 - にんじん・・・30g
 - かぼちゃ・・・100g
 - 醤油・・・大さじ2
 - 長ねぎ・・・20g
 - とろけるチーズ・・・大さじ2

- 作り方
- だしをとる。
 - じゃがいもとかぼちゃ、玉ねぎは大きめの角切り、にんじんは1cmくらいに切る。豚もも肉は野菜に合わせて一口大に切る。
 - 油で豚肉を炒め、火が通ったら玉ねぎとにんじんを加えてよく炒める。
 - じゃがいも、かぼちゃ、長ねぎ、砂糖、酒、みりん、醤油、だし汁を加える。
 - じゃがいもとかぼちゃが溶けない程度に煮込み、具材に味が染みたら、最後にチーズをかけ、ふたをして少し蒸らす。

献立コンクールで入賞したメニューです。岩見沢でとれる玉ねぎ、じゃがいも、にんじん、かぼちゃ、長ねぎなどの地場産物の野菜を取り入れ、最後にチーズをかけるアイデアのつまった一品。ぜひ、お試しください♪

食に関する指導

1月の食に関する指導

※1校の指導が追加となりました。
21日 岩見沢小1年生

2月の食に関する指導

3日 美流渡小2・3・5・6年生
16日 岩見沢小6年生
志文小6年生
北村小6年生
21日 第二小6年生

栄養教諭のつぶやき...

いよいよ今年度も最後の月となりました。この1年間、どんな給食の思い出ができましたか？嫌いな食べ物にも挑戦できたかな？私達も各学校の各学級へ訪問し、みなさんと交流して楽しい時間を過ごすことができました。今のクラスで給食を食べるのもあとわずかです。1日1日を大切に過ごしてくださいね。
卒業を控えたみなさんへ。いざという時、ものをいうのは『体力』と『気力』、そしてその基礎となるのは、毎日の正しい食生活です！中学生の時期は、一生で最も多くの栄養を必要とします。また、成長期の食習慣は、一生の健康をも左右する大切なものです。どうか『食べること』を大切にしてください。そして、夢に向かって輝く未来を切り開いていってくださいね！

今月の注目メニュー

毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

- ★桃の節句献立 Aコース3日(金) Bコース2日(木)
桃の節句は女の子が健康に幸せで過ごせるように願う行事です。「ひなあられ」の色には赤は「生命」、白は「大地」、緑は「木々」と一つひとつ意味があるんですよ。
- ★卒業お祝い献立
Aコース10日(金) Bコース9日(木)
いちごのお祝いゼリーを提供します。今まで食べた給食のことを思い出しながら、楽しく食べてくれたら嬉しいです。
- ★たんたんの日献立
Aコース15日(水) Bコース14日(火)