



先月から、みかんや、きのこ、栗、鮭、さといも、さつまいもなど秋の旬の食材を使った献立を取り入れてきました。今月から、さつまいもは、山本町のさんわ農夢さんの「夢の芋」を使用します。柿は、笠田高校で栽培されたものが登場します。キウイフルーツは、さぬきキウイっこや、さぬきゴールドなど香川県産のものを使用します。引き続き、旬の食材を使った献立を取り入れていきますので、食材からも秋の深まりを感じてもらいたいと思います。秋には食欲が増しますが、これは冬の寒さに備えるために必要なことです。食べ過ぎには注意しつつ、早起き・早ね・朝ごはんの習慣も続けて、寒さに備えましょう。

2年生が家庭科の授業で考えた献立の登場！

『毎年、家庭科の授業で、給食の献立を考えてもらっています。考えてくれているのは2年生です。今年度は、家庭科の吉田先生にもご協力いただき、自分で考えた給食の献立を、夏休みを利用して作ってみた人の中から採用するように取り組んでみました。』と、先月に紹介していました。今月は、採用になった献立を紹介します。

11月4日(木)
カレーそばサンド
牛乳
さつまいものシチュー
大根サラダ
キウイフルーツ



つくるときの工夫・難しかったこと
さつまいもが煮崩れてしまわないように、最後の方に入れました。けれど、入れるタイミングが少し遅くなったので、少し固い仕上がりになってしまいました。

11月10日(水)
麦ご飯
牛乳
鮭の塩焼き
豚汁
小松菜の変わり浸し
キウイフルーツ



つくるときの工夫・難しかったこと
さといも、にんじんは、ピーラーを使って皮むきを手早く終わらせた。ごぼうを薄いさがきにするのが難しかった。調味料を種類ごとに量るのに時間がかかって大変だった。

11月11日(木)
黒糖パン
牛乳
焼きビーフン
小煮干しのレモン煮
フライドスイートポテト
みかん



つくるときの工夫・難しかったこと
焦がさないように、火加減に注意しながらつくった。大きじ1/2の調味料を上手に量ることができなかった。

11月29日(月)
麦ご飯
牛乳
豆腐のちぎり揚げ
小松菜のごまあえ
筑前煮



つくるときの工夫・難しかったこと
予定の材料ではなく、家に、たくさんある季節の食材を使った。一口大の形にするのが難しかった。

11月の給食目標

『感謝して食べよう。』

11月の学校給食目標は、「感謝して食べよう！」です。好き嫌いだけでなく、作ってくれた人の苦勞や、工夫も感じながら、感謝の気持ちをもって苦手な物も、一口でも多く食べてみましょう。また、10月の給食目標は、「片付けをきちんとしよう！」でした。どのクラスも、片付けをきちんとしてくれているので、返却時の流れがスムーズです。先月は、『片付けを工夫することで、感謝の気持ちを表すことができます。家庭でも、ぜひ、「ごちそうさま」や、「ありがとう」の言葉とともに、後片付けでも感謝の気持ちを表現してみましょう。』と、この食育だよりに載せていました。苦手な物も一口でも多く食べることで、感謝の気持ちを表すことができます。さらに、好きな献立と一緒に作ってみたり、得意料理を作って感謝の気持ちを伝えるのもよいですね。

栄養教諭 大平美佳



ある日の片付け風景です。
食器に食べ物が残っていません。
きちんと揃えて返してくれています。
「感謝して食べる」=「片付けをきちんとする」は、合わせて感謝の現れだと思います。

