



しょく いく 食育だより



No.7 2021年(令和3年)12月14日 道上小学校 栄養教諭 小林佑希実

2022年に向けて 福山城築城400年記念給食をいただきました

11月16日(火)に、来年8月28日に迎える福山城築城400年記念に向けたお祝い給食をいただきました。

児童朝会では、お祝い給食が当時の食事を再現されていることや給食での食育について学びました。また、給食の時間には担任の先生から福山城の歴史について話をしてもらいました。

初めて作るメニューは、給食の先生たちの技が炸裂!

さわらはくずれやすいからスピーディかつ慎重に!!



錦糸卵は十分に温度を上げてから、鯛と一緒に味つけ!



つやつやのあんからめます



身をくずさずに混ぜる給食の先生の職人技!

そうめんが伸びないように抜群のタイミングで投入!



～ 福山城築城400年記念給食を味わって ～

福山城は、400年も守られ続けてきてすごいなあと思いました。台風やいろいろな自然災害が起きてきた中、みんなで協力して、400年の間守り継がれてきていることも分かりました。福山城を大切にしようという考えもできました!(5年)



そうめん汁に鯛の身とのりをトッピング!

福山の郷土料理には昔の人々の知恵や思いがあると思います。だからこそ今でも鯛めんなどがあると思います。昔の人々などに感謝をし、「いただきます」「ごちそうさま」を言いたいです。(3年)

福山城が建てられた思い「これからもずっと平和が続きますように」この思いをつなげていきたいです。戦争で壊れそうになったけど、この思いで元通りになったんだと思います。福山城が建てられた思いを大切にしていきたいです。(5年)

3年生は総合の学習で、昔から伝わる食べ物について調べています。



こんなにおいしいものが昔も食べられていたんだと分かりました。自分が文化を受け継ぎ、伝えるのが大切だと思いました。(3年)

2年生は、ちょうど数日前に社会見学で行った福山駅から、福山城を見ました。

400年前と同じ食べ物を食べられてすごいと思いました。鯛そうめん風は鯛とのりが合っていておいしいし、さわらの甘酢あんかけは、さわらとすっぱいのが合っていておいしかったです。(2年)

福山城には歴史や願いがあることが分かりました。今日の給食を食べているとき、昔の人になった気がして、おいしかったです。(4年)



4年生は福山城の写真を見ながらいただきました。



Google Classroom「道上食育ルーム」では、今日の給食についての話や、給食を作っている動画などを配信しています。ぜひ家族でご覧ください。

Google Classroom配信中! クラスコードは「 」です。

食育だよりはホームページにも掲載しています。ぜひカラーでご覧ください。

かていか べんきょう
家庭科の勉強をがんばっています!



ねんせい
5年生

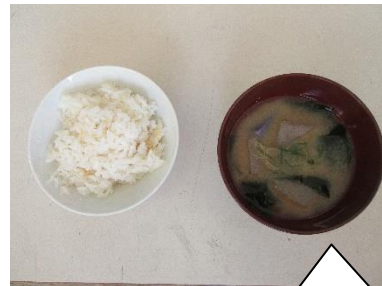
5年生は、日本の伝統的なごはんのみそ汁について学習し、調理実習を行いました。事前にかつお・こんぶ・いりこの3種の出汁を飲み比べ、自分たちで選んだものを調理で使いました。



こんぶだしを選んでいます



火加減に注意して炊きました!



旬の里芋を汁の実に取り入れました

「火が通りにくい野菜からいれるんよな。」「切り方は…。」など1学期に学んだことも活かしながら、調理実習に取り組んでいました。



ねんせい
6年生



6年生は「まかせてね! 今日の食事」の学習で、1食分の献立を立て、調理実習をしています。

毎日食べている給食を採っていくと、栄養バランスや食べている人の好みなど8つのポイントをもとに献立が立てられていることに気付くことができました。

「家族の好きなものを取り入れたい!」「彩りをよくしたい!」など、自分だけのこだわりを決めて、献立作成に取り組んでいました。

献立を立てるときのポイント8か条

- ① 主食+主菜+副菜(+汁物)
- ② 栄養バランス
- ③ 食べる人の好み
- ④ 味付け
- ⑤ 旬
- ⑥ 地産地消
- ⑦ 彩り
- ⑧ 費用



前回のこたえ (今月はクイズはありません)

こたえ

- ① 鯛
- ② 鮪
- ③ 鮭
- ④ 鱈
- ⑤ 鰯
- ⑥ 鰯
- ⑦ 鰹