



食育だより

第4号

福山市立手城小学校

2023年(令和5年)10月4日



気持ちのよい秋空が広がる季節になりました。その一方で、
昼と夜の気温差が激しくなり、体調をくずしやすい季節でもあります。

秋は「実りの秋」というように、いろいろな食べ物が収穫されます。

黄・赤・緑の食品をバランスよく食べ、元気に過ごしましょう。




リクエスト献立 手城小

6年生が学校給食の中で、大好きな献立、もう一度食べたい献立を選んでくれました。


手城小学校6年生が選んでくれたメニューです。これからの給食に登場します。


お楽しみに！



主食 	
1位	キムタクごはん
2位	ココア揚げパン
3位	ビビンバ
たこめし・親子うどん・カレーなど	

魚を主に使った料理	
1位	たこボール
2位	えびのあられ揚げ
3位	サーモンのホイル蒸し
ししゃものからあげ・さばの照り煮など	

肉を主に使った料理 	
1位	鶏のから揚げ
2位	肉じゃが
3位	メンチカツ
煮込みハンバーグ・豚肉のかりん揚げなど	

大豆・大豆製品を主に使った料理 	
1位	みそ汁
2位	マーボー豆腐
3位	ポークビーンズ
高野豆腐の卵とじ・厚揚げのみそ炒めなど	



【6年生の感想】・・・ありがとう(▽)/



野菜を主に使った料理	
1位	ナムル
2位	チーズサラダ
3位	ツナサラダ
バンサンスー・はりはり漬けなど	

* 給食は基本全部大好きです。ナムルが一番好きで、毎回
かならず増やしています。毎日、朝のかくにんで、献立を見て
楽しみにきています。母は、私の給食のはなしを毎日、聞いて
くれます。卒業まで、お願いします。

* スープが食べやすく、あったかくておいしかった。



* 6年間給食をつくってくれてありがとうございます。私は小さい頃苦手だった食べ物を、学校で
食べて好きになれました。ありがとうございました。



2年生 学校菜園



9月11日「マーボー夏野菜どんぶり」

2年生の畑でできた「オクラ」「なす」を

給食に使い

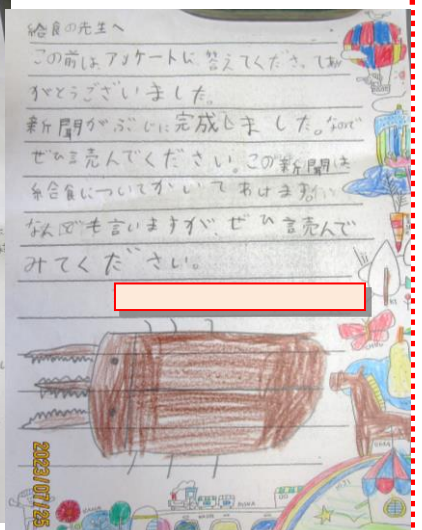
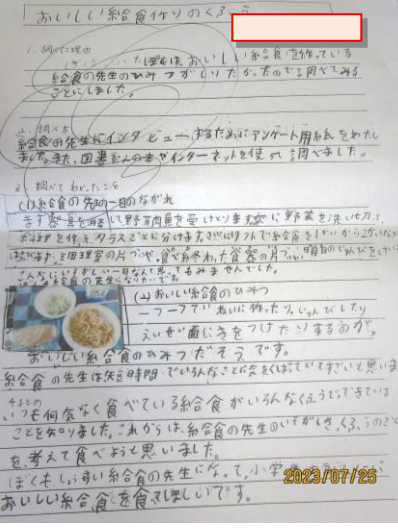
ました。おいしく

いただきました。



お手紙 ありがとう

「おいしい給食のくふう」を
まとめてくれました。ありがとう！



牛乳をしっかり飲もう！

9月11日～15日の5日間、卒業生の畠本さんが
栄養教諭をめざして教育実習生として学びました。

給食時間に教室で、牛乳の大切さについて、
授業をしました。

カルシウムが
イライラを
おさえるのを
知りました。



牛乳の
カルシウムが
多いので
びっくり
しました。



親善友好都市献立



カナダ・ハミルトン市

カナダ・ハミルトン市 (1976年10月4日)

ハミルトン市は福山市と同じく製鉄がさかんな
市で、近くにナイアガラの滝があります。

カナダの国旗にも描かれている「サトウカエ
デ」の木からは、特産品であるメープルシロップ
の甘い蜜がたくさんとれます。



フィリピン・タクロバン市

フィリピン・タクロバン市 (1980年10月19日)

フィリピンにあるレイテ島の中心都市です。漁
業がさかんに行われています。

「チキンアドボ」は、フィリピンの代表的な家庭
料理です。アドボとは「漬け込む」という意味が
あり、酢を使用するのが特徴です。

「ひろしま給食」100万食メニュー県民投票

今年度書類選考を通過した27点から、ひろしま給食統一メニューを

決定する県民投票を開催しています。「美味しそう」「作ってみたい」

「食べてみたい」と思うメニューに投票してください。

【「ひろしま給食」推進プロジェクトのホームページ】

<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/site/kyouiku/juten-kyusyokusuisin.html>

メニューの詳細
県民投票は
こちらから！

