

※ このおたよりでは、食育の取組や学校給食レシピなどを紹介します。

食育だより

2022年(令和4年)10月28日
福山市立湯田小学校

もいもいキッズ Vol.3

1年生のさつまいもが給食に登場!

1年生が生活科の学習で、菜園で育てたさつまいもを収穫しました。収穫できたさつまいもは、ごろっと大きなもの、細長いもの、手のひらサイズの可愛いものまでさまざまなものがそろいました。一生懸命掘り起こしてくれたさつまいもを、1年生のみなさんが直接給食室まで持ってきてくれました。



収穫したさつまいもは19日(水)の「鶏肉とさつまいものシチュー」へと生まれ変わりました。さつまいもは甘みがとても強く、ホクホクでとても美味しかったです。だんだん肌寒くなってきていますが、シチューのおかげで身体も心も温かくなったのではないのでしょうか。1年生のみなさん、おいしいさつまいもをありがとうございました♪



給食放送でさつまいもを宣伝中...



おいしいシチューをおかわり!



きれいに完食!!



シチューができてあがるまで...

今回は、給食室の先生方が「鶏肉とさつまいものシチュー」を作ってくださいている様子をお届けします



汚れなどを落とすため一つ一つきれいに洗って...

およそ1000人分ものさつまいも



一つ一つ皮をむいていきます。



大きな釜二つでコトコト煮込み中...



たくさんのさつまいもを食べやすい大きさにカット!



手作りリウを入れて、ついに完成!!



10月19日(水)の給食

パン、牛乳、鶏肉とさつまいものシチュー、ハムとコーンのサラダ

みなさんからのメッセージ

さつまいものシチューについて、湯田小学校のみなさんがお礼の言葉や食べた感想をおく送ってくれました。

寄せられたメッセージの一部をここで紹介させていただきます♪



○さつまいもが甘くて美味しかったです。(T.Kさん)

○1年生のサツマイモが美味しかったよ。(O.Rくん)

○一年生のさつまいもが甘くて、ほっかほっかでおいしかったです。
(K.Kさん)

○いもうまい(S.Sくん)

○サツマイモがとても美味しく甘くてさつまいもが好きになりました。
(U.Yさん)

○芋をもっと知りたいです。(Y.Dくん)

○あまくて、おいしかったです。(M.Sさん)

○さつまいも甘くてとても、美味しかったです。(F.Mさん)

○一年生のみなさん たくさんのお芋を育ててくれてありがとうございました
(N.Sさん)

1年生のみなさん、
おいしいさつまいもを
ありがとう☆



きゅうしょく つくってみよう！給食レシピ



しょうがごはん

【材料】	【4人分量】	【作り方】
鶏肉(こま切れ)	120g	①フライパンに油を熱し、鶏肉を炒める。
油揚げ(せん切り)	1/2枚	
にんじん(せん切り)	1/3本	
むきえだまめ	大さじ2	
干しいたけ	1枚	②鶏肉の色が変わったら、にんじん、干しいたけ、油揚げ、しょうがを加え、サッと炒める。
しょうが	15g	
油	適量	③調味料★、えだまめを入れて、汁気なくなるまで煮る。
★砂糖	大さじ1	
★酒	大さじ1	
★しょうゆ	大さじ1	
★水	大さじ1	④ごはんの上のにのせる。 または、ごはんに混ぜる。
★みりん	大さじ1/2	
ごはん	4膳	

世界中で使われているしょうがですが、香りや成分が地域によって違うそうです。



10月11日(火)の給食

しょうがごはん、牛乳、だいじょ芋入り鶏団子汁、ゼリー

