

食育だより

No. 10
2019(平成31)年
1月25日(金)
旭小学校栄養教諭：前原

学校給食週間です

1月22日(火)から28日(月)までは福山市学校給食週間です。ふだんなにげなく食べている給食について、あらためて考えてみるよい機会としています。この期間、福山市役所および各支所では、学校給食パネル展および給食試食会が開催されています。お時間のゆるす方はぜひ足をお運びください。

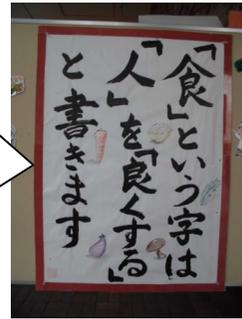
市役所ロビーでは旭小学校の給食パネルや給食を食べている子どもの笑顔の写真なども展示してあります。

旭小のパネル



校長先生の書かれた書も、パネル展入口に掲示してあります。

小学校の給食委員会の子どもたちの活動や、給食のおいしさのひみつ、ランチルームでの食育のようす、子どもたちが調理をしている写真などを紹介しています。



全国学校給食週間は1月24日(木)～30日(水)です。全国各地で学校給食が注目されています。

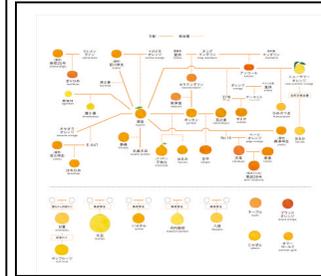
給食献立内容の変更のお知らせ

1月29日(火)みそおでんの鶏肉→牛肉に変更

1月30日(水)あらたに紫芋チップスがつきます。

旬の食べものを紹介します

ぽんかん



冬から春にかけて「かんきつ類」が旬を迎えます。「ぽんかん」は、今が旬でとてもおいしい時期です。

かんきつ類には、さわやかな酸味や香味成分があり、食欲増進や気分転換に大きな役割を果たします。糖類やクエン酸、ビタミン、無機質などの豊富な栄養成分も体調をととのえるのに役立っています。

みかんの家系図(←左図)をみると、「ぽんかん」と「清見オレンジ」をかけあわせたものから「でこぼん」や「はるみ」が誕生しています。これからもいろいろな種類のかんきつ類が店頭に並びますよ。いろいろな種類を食べてみましょう。

給食室の道具あれこれ



大きな釜(容量160L)

家庭用のなべとくらべると釜の大きさがわかりますね。



給食室のひしゃくと家庭用のおたま



放射温度計



つめブラシ

ほかにも道具がたくさんあります



中心温度計

給食室で使う道具を紹介します。

容量160Lもある大きな釜や、子どもの身長くらいの長さのある大きなスパテラ(炒め用調理器具)など、給食室では大きな調理器具がたくさん使われています。

また、衛生管理を徹底するために、温度計や爪ブラシ、消毒液など、ふだん家庭では見られない道具がたくさんあります。