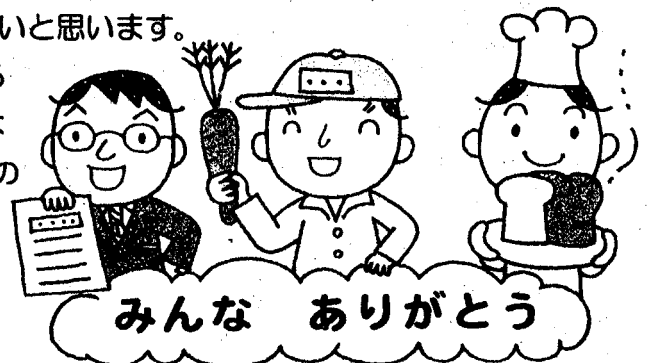


秋も深まり、すごしやすい季節になりました。10月20日(月)に学校給食試食会が行われました。たくさんの方の1年生の保護者のみなさまに参加していただき、「給食の説明」や「食」の話、給食準備の参観、給食の試食をしていただきました。試食後のアンケートの回答にも「おいしかった」との感想を多くいただきました。「いただきます」の直後に給食を減らしにくい児童が多くて驚いた、食器の種類や使い方について、料理の組み合わせ(汁物があるとよい)などのご意見をいただきました。今後の給食指導や献立作成に生かしていきたいと思っております。学校給食はただ学校で食事をするだけでなく、児童が給食を通して「食」を学ぶ大切な場所となっています。これからも安全でおいしい手作りの給食を作っていきたいと思っております。

勤労感謝の日

11月23日(日)は勤労感謝の日です。わたしたちの毎日の食事にはたくさんの人の手がかかっています。作物を作る人、家畜を育てる人、漁をする人、食品会社や加工工場働く人、配送などに携わる人、そして献立を考える人、調理をする人、給食なら盛りつけをしてくれる給食当番のお友達・・・いろいろな人の働きがあってわたしたちの食事は成り立っています。わたしたちは動物や植物など生き物の命をいただいて自分の命を守っていることを忘れてはいけません。

食事の前の「いただきます」というあいさつには、「命あるものの命をいただく」という意味があり、「ごちそうさま」はわたしたちが食事をするために走り回った(馳走した)人々の労をねぎらい感謝を表すものです。勤労感謝の日、これらのことを忘れずに、食事をしていただければと思います。



いそか和え~4人分の材料と作り方~

ひじき・・・3.5g	もやし・・・125g
えのき・・・35g	ほうれんそう・80g
しょうゆ・・・5g	人参・・・15g
三温糖・・・2.5g	
清酒・・・2.5g	しょうゆ・・・8g
和風だしの素・少々	刻みのり・・・適量
	(2~3g)

- ①ひじきを水で戻し、えのきは食べやすい長さに切る。かっこ内の調味料で下煮して冷ましておく。
- ②ほうれんそうは3cmくらい、人参は干切りに切る。
- ③野菜をゆでて冷ましておく。
- ④下煮したひじきとえのき、冷ました野菜を和え、しょうゆと刻みのりを和える。

給食でも人気のある料理です。「ひじきは苦手だけど、いそか和えは食べられる」と言ってくれる児童がたくさんいます。和える野菜はご家庭にある旬のものをお使いください。