

まんぷくほっぺ

～千束小学校給食だより 3月号～

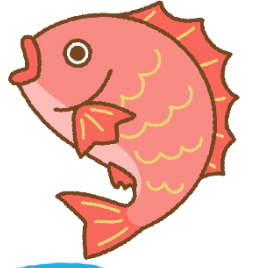
データ版 給食だよりはこちら→
QRコードを読んでください。

令和5年3月22日
台東区立千束小学校
校長 瀧島 和則
栄養教諭 加藤 祐望

鯛の鯛を 探せ!



鯛は、お祝いの席には欠かせない魚ですね。「鯛の鯛」とは、鯛の胸びれとえらの間付近にある骨のことをいいます。この骨が魚の姿をしていて、江戸時代にはめでたい鯛の中にある鯛ということで、縁起物やお守りとして珍重されたそうです。子供たちは、箸を上手に使いながら、鯛の鯛を見つけ出していました。



きれいに
とりだせたよ!



鯛の鯛は、この辺りに
ある骨です。

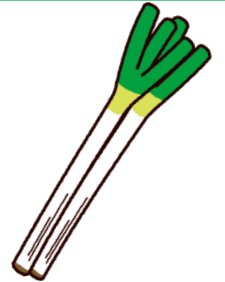


おかわりして2つの
鯛の鯛をゲット!

今年も収穫! 江戸千住ねぎ

2年生が1学期から育ててきた江戸千住ねぎ。葱善さんのご協力もあり、今年も収穫の時期を迎えました。今年は外壁工事の影響でいつも使っていた花壇が使えなかったこともあり、細めのねぎになりました。しかし、太さによってそれぞれ適した使い道があり、太いものは鍋、細い物はそばに使い、捨てることがないなど、葱善の田中さんから教えていただきました。

また、ねぎは根っこも食べることができると教えていただいたので、今年は子供たちがねぎの根っこをきれいに洗い、給食で焼きねぎといっしょに、ねぎのからあげを提供しました。



何度も何度も
根っこを洗いました!



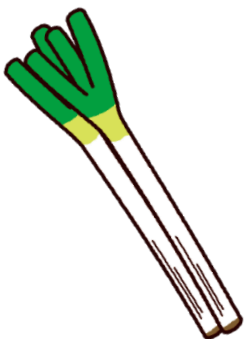
田中さんから、抜き方の
コツを教わりました!



葱善の田中さんが
根っこをとってくれました!



根っこはパリパリに
揚げました!



いただきます! 東京の美味しいもの♡

今月も、給食で東京都産の野菜を提供しました。先日見学に行った、関さんと清水さんが育てた野菜を中心にメニューに取り入れ、給食時にはお二人のインタビュー動画を通して仕事への思いやおすすめの食べ方などを子供たちに伝えました。これからも、東京都産の食材を給食で提供し、地産地消の良いところを子供たちにも伝えていきたいと思ひます。

関さんちの完熟トマト入り
ミネストラスープ
東京都産だからこそ、完熟
した状態で納品してもらっ
ことができました!



せき けんいち
関 健一さん

一番好き! という理由でトマト栽培を始めた関さん。ハウス栽培を中心に、トマトや水菜、アスパラガスなどを育てています。



関さんちのミニトマト
とってもあまいミニトマトで
した! トマトは苦手だけど、関
さんのトマトなら食べられまし
たという子もいました。



関さんちの水菜入りおひたし
納品された水菜は、シャキシ
ャキできらきらしていました!
子供たちにも食べやすかたよう
で、残食もありませんでした!

清水さんちのにんじんグラッセ
清水さんおすすめのにんじんの食
方である「グラッセ」で提供しま
した。初めてグラッセを食べたとい
う子も多かったようです。



しみず ひろし
清水 洋士さん

ご家族で農業を営まれている清水さん。水菜やチンゲン菜、にんじんなど約10品目を栽培されています。



清水さんちのチンゲン菜のナムル
とれたて新鮮なチンゲン菜が届
きました! 清水さんのインタビュー動
画や、畑の様子も子供たちに紹介
しました。

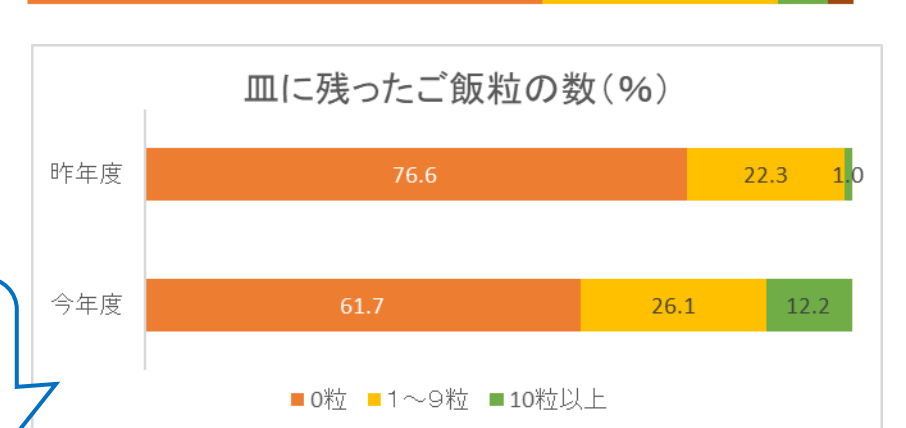
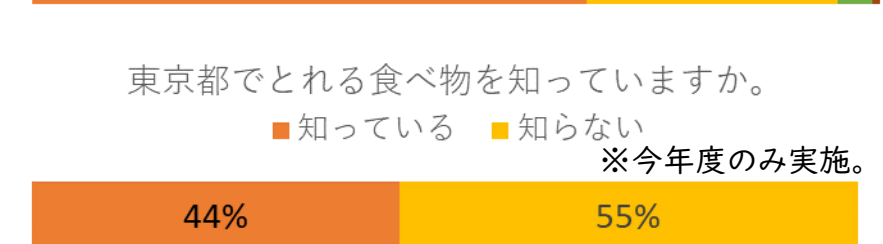
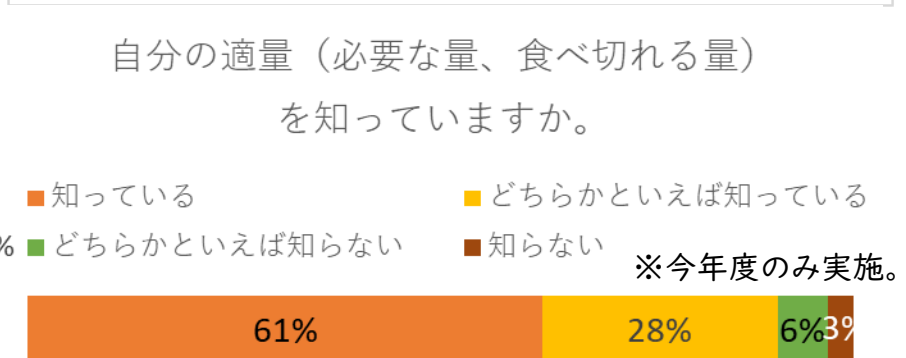
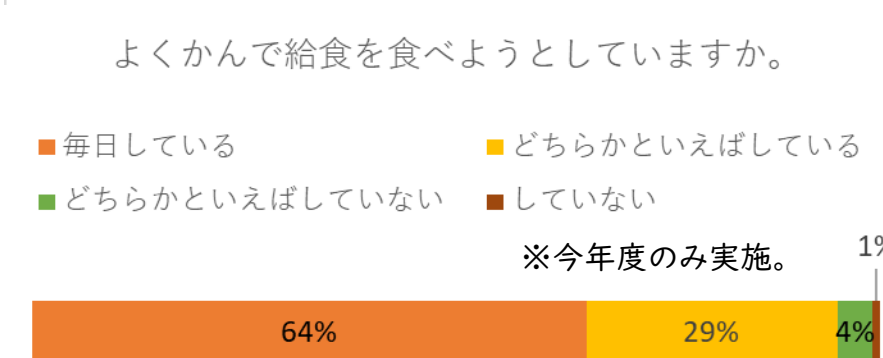
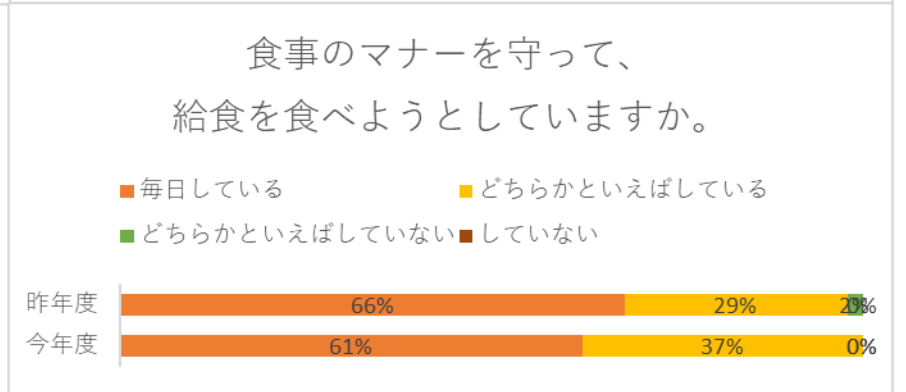
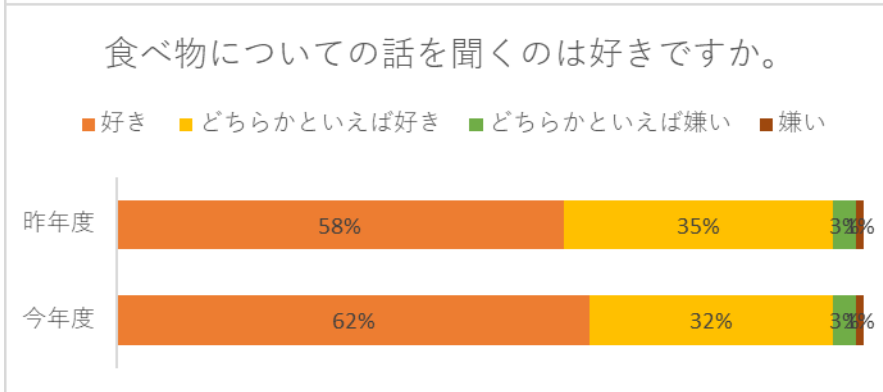
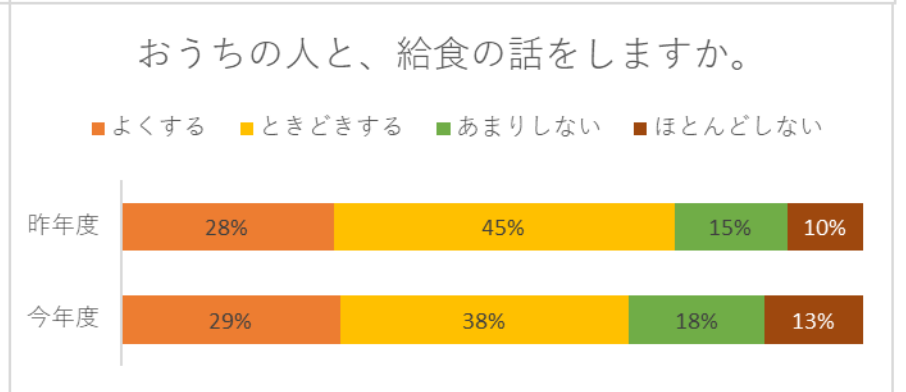
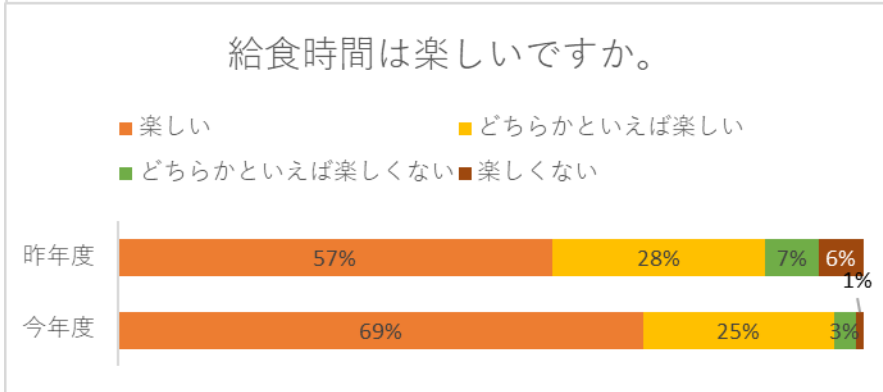
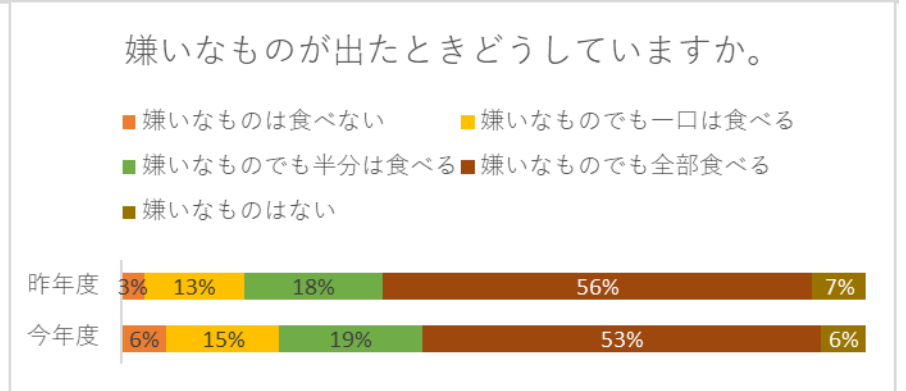
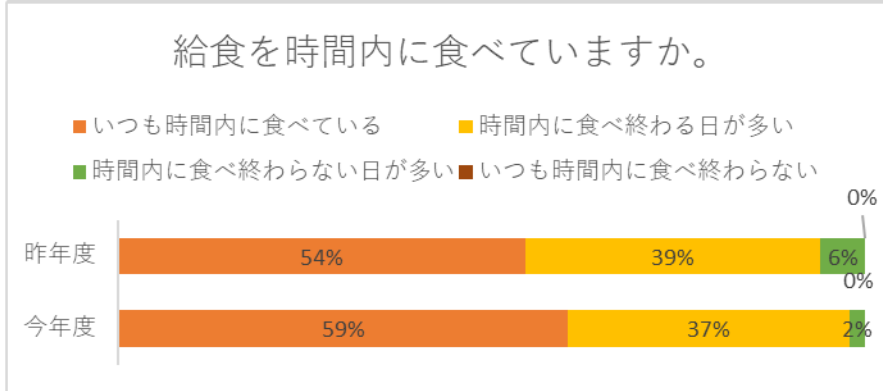
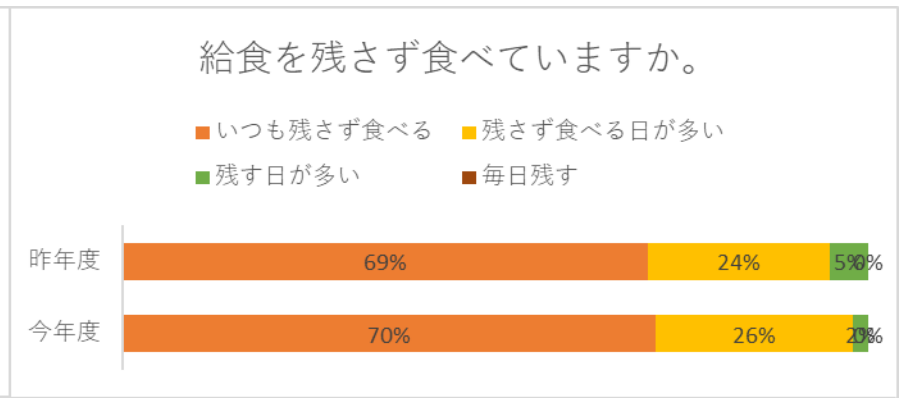
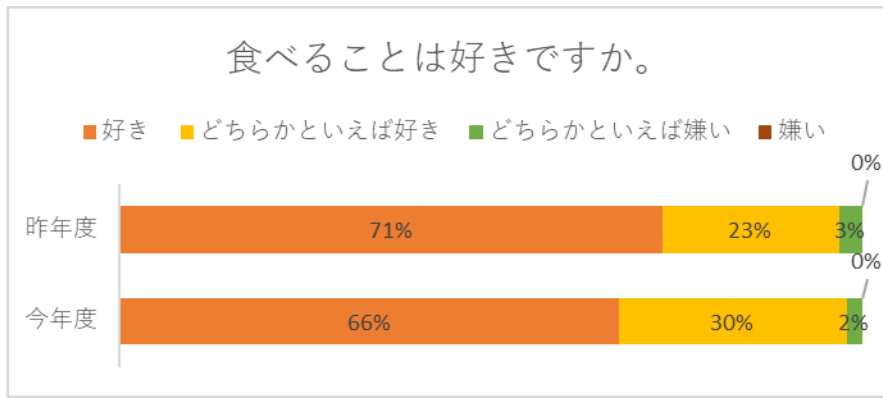
清水さんの収穫の手早さに、
子供たちはびっくり!



食に関する実態調査&アンケートを実施しました



3月に子供たちに食に関する実態調査とアンケートを行いました。その結果を一部紹介します。昨年度に比べ、時間内に食べ切る児童や、給食時間を楽しく過ごす児童が増えていることがわかります。これらの結果を受け、学校での食育を行いますので、ご家庭でもぜひ話題に出してみてください！



一方、食事マナーについては課題が残る結果となりました。ご飯粒を残さず食べる、食器や箸を正しく持つなど学校でも指導して参りたいと思います。

対戦国を食べちゃおう！WBC応援献立！



現在大盛り上がりのWBC（ワールドベースボールクラシック）！

3月の第1ラウンド対戦国の料理を給食で提供しました。いろいろな国と交流するスポーツ大会は、世界の文化を学ぶチャンスです！ご家庭でも、対戦国の料理を食べたり、文化についてお話ししたりしてみてください♪



3月9日 vs 中華人民共和国

- ご飯
- ジャンボあげぎょうざ
- 水菜と大根のサラダ
- 春雨スープ
- 牛乳



中国は国土が広いので、地域によって食べ物の味も違います。例えば、北の北京料理は、寒いので濃い味付けが特徴。気温が高く雨が多い内陸の四川料理は魚介類を豊富に使った料理がたくさんあり、味付けはどちらかというと薄味です。南部の広東料理はあっさりとした味付けが特徴です。ぎょうざは給食でも人気メニューですが、中国では正月に水ぎょうざを食べるそうです。

3月10日 vs 大韓民国

- コンナムルパフ
- チヂミ
- チョレギサラダ
- キムチスープ
- 牛乳

韓国を代表する食べ物のひとつは「キムチ」です。キムチは塩漬けた白菜や大根などの野菜を「ヤンニョム」という調味料といっしょに漬けて作る辛い漬物です。

「コンナムルパフ」は「豆もやしのご飯」のことです。「チヂミ」はおなじみの朝鮮の料理で、水で溶いた小麦粉に刻んだ具を混ぜ、平たく焼いたものです。「チョレギサラダ」は、ごま油ベースの塩味ドレッシングがかかったサラダのことです。



3月11日 vs チェコ共和国

- ミルクパン
- グヤーシュ
- ザワークラウト風
- なんちゃってビールゼリー
- 牛乳

「グヤーシュ」とはパプリカや玉ねぎ、肉やじゃがいもなどを煮込んだ煮込み料理です。ハンガリー発祥の料理ですが、チェコでも食べられるそうです。

また、チェコはビールでも有名です。ジュースを使ってビールのような見た目のゼリーを作りました。



3月9日 vs オーストラリア

- ココアパン
- ミートパイ風
- 野菜スープ
- デコポン
- 牛乳



「ミートパイ」は昔オーストラリアを開拓したイギリス人たちが食べていたことから根付いたといわれる料理です。この日の給食では、グラタンのように具にパイ生地をかぶせて焼き上げました。

また、今年度最後のラッキーにんじんは、このミートパイの中に入れました。先生に当たったり、当たるのが3回目という子が出たり、今回もドラマがありました…！



お知らせ～来年度の給食について～

- ◎ 来年度も はし、スプーン、フォークは学校で提供しますが、ご家庭からご持参いただいたものを使用してもかまいません。また、給食当番は学校で用意した白衣を着用しますが、ご家庭からご持参いただいたエプロン・三角巾等を使用してもかまいません。
- ◎ 今年度3学期より台東区が給食費の支援を行ってきました。長引くコロナ禍やウクライナ情勢を背景に、物価の上昇が継続しているため、来年度も継続して給食費や食材の支援が行われることとなりました。

※ 来年度の給食は4月7日（金）から始まります！お楽しみに♪

