

まっくしょくだより

令和3年11月5日
横浜市立神奈川小学校
校長 田名部和美
栄養教諭 大坪彩理奈

食欲の秋です。横浜市では11月は**地産地消月間**となっており、横浜の食と農について親しむ月間です。給食でも地元の野菜を取り入れる計画をしています。

お知らせ

◎ 今月の献立について

○地産地消月間にちなんだ献立を多く取り入れました

- ・はま菜ちゃん料理コンクール受賞作品（AZUMA 風だいこんスープ）
児童が給食で食べたい料理として考案した作品です。
- ・神奈川県の郷土料理「けんちん汁」

○旬の食品を多く取り入れ、季節感が味わえるように工夫しました。

さけ、さば、さつまいも、さといも、えのきたけ、しめじ、エリンギ、キャベツ、こまつな、だいこん、はくさい、ブロッコリー、かき、りんご、



あずま AZUMA風だいこんスープ

はま菜ちゃん料理コンクールの入賞作品です。市内の小学生が考案しました。その学校の特色を生かして、韓国朝鮮につながりのある先生や友だちにヒントをもらって作られたそうです。

◎ 神奈川区内で収穫された**キャベツ**と**だいこん**を届けてもらいます。

- 9日 けんちん汁（だいこん）
- 12日 ソース焼きそば（キャベツ） 中華あえ（だいこん）
- 16日 クリームスープ（キャベツ）
- 17日 磯香あえ（キャベツ） つみれ汁（だいこん）
- 26日 AZUMA 風だいこんスープ（キャベツ だいこん）



地産地消（ちさんちしょう）

地元でとれた**産**物を**地**元で積極的に**消**費しようという取組です。生産者と消費者の距離が近いと、新鮮なものを手に入れられる利点がある上、運搬時に必要なエネルギー量と排出されるCO₂量が少ないので、環境にも良いとされています。横浜市では農地と住宅地がとても近いので、生産者の顔が見えやすいこと、農地が比較的狭いため、生産者の目が届きやすく細やかな農業ができる点も良いところです。

神奈川小学校の周辺には畑はありませんが、神奈川区羽沢町・菅田町は、有名なキャベツの産地です。横浜で最も生産量が多い野菜もキャベツで、給食でも旬には横浜キャベツを取り入れるようにしています。今回はだいこんも使用します。

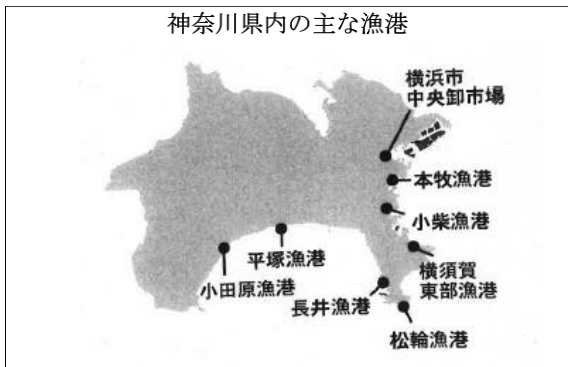
◎ 12月の献立の予告

12月1日(水) **さばのあんかけ**に使用する「**さば**」は、県内水揚げの未利用魚を使用します。

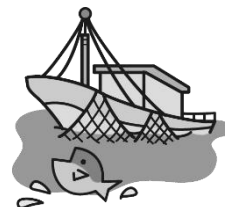


未利用魚とは

神奈川県は相模湾や東京湾に面していて、多くの漁港があり、さまざまな魚が水揚げされています。定置網漁法でとれた魚の中には不揃いであったり、漁獲量が少なくてまとまらなかったりして、市場に出荷できないものがあります。こうした魚を「未利用魚(みりょうぎょ)」といいます。



横浜市中心卸売市場の方々と協力し、未利用魚を給食に使用する取り組みが数年前から行われています。市場に近い神奈川区・西区・中区の一部の小学校で未利用魚を使ってきました。規格外のサイズのため一般の流通に不向きな未利用魚ですが、地産地消だけでなく、食品ロスを減らす点からも効果的です。



11月の食に関する指導のねらい

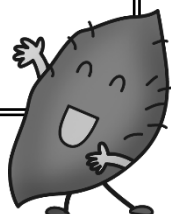
係や当番に進んで協力 …… 自分の仕事を進んで行き、力をあわせて準備や後片付けをすることができる
好き嫌いなく食べることの大切さ …… 好き嫌いしないで黄・赤・緑の食べ物をそろえて食べる大切であることが分かる。

給食レシピ紹介

秋の人気メニュー

大学いも

材料	(4人分)
さつまいも	1本(250g程度)
揚げ油	
炒りごま(黒)	小さじ 1弱
たれ	
しょうゆ	小さじ 1/2
砂糖	大さじ 4
水	大さじ 2



作り方

- ① さつまいもはよく洗い、乱切りにして、水にさらす。
- ② 鍋にしょうゆ・砂糖・水を入れ、煮詰めてたれを作る。
- ③ さつまいもをザルにあける。
- ④ さつまいもを揚げる。
※ 油が常温の時にさつまいもをいれると油はねが少なくなります。
- ⑤ さつまいもが熱いうちにたれをからめ、黒ごまをふる。