

給食だより

令和 2 年 8 月 号
横浜市立瀬戸ヶ谷小学校
栄 養 教 諭

7月から給食が始まり、給食室にも子どもたちの笑顔が戻ってきました。「今日の給食、おいしかったよ。」「〇年生になって、全部食べられたよ！」の言葉に元気をもらいました。夏休み明けに、子どもたちに会えることを楽しみにしています。

8月の給食

○夏休み明けの給食は、8月24日（月）から始まります。

給食セット（給食帽子・給食マスク・給食用ハンカチ・ナフキン）を忘れずに！

○新型コロナウイルス感染防止の観点から、おかず2品の献立になります。

独自献立のお知らせ

◇8月25日（火） からししょうゆあえをごましょうゆあえに変更します。
【変更材料：からし→ごま（白）】

◇8月28日（金） あげパン（さとう）をあげパン（きなこ）に変更します。
【追加材料：きなこ】

栄養士のこぼれ話 「キタアカリ（じゃがいも）」

瀬戸ヶ谷小学校では、地場野菜を積極的に給食に取り入れています。7月のじゃがいもは、区内の小久江農園でとれた「キタアカリ」を使用しました。

「キタアカリ」は、ほくほくした粉質の食感が特徴です。甘みがあっておいしいのですが、煮物や汁物にすると煮崩れやすいという難点があります。（ジャガバター、フライドポテト、ポテトサラダ、こふきいも等の料理には、おすすめです！）

1回目の豚汁で煮崩れたと感じた調理員さんは、「このおいしいキタアカリを、崩さず、固すぎず、ちょうどよい状態で教室に届けたい！」と考え、試行錯誤を始めました。キタアカリを買い求め、休日に自宅で次に出るじゃがいも献立を試作したそうです。その結果、レシピ通りの順番で入れると崩れてしまうことがわかったので、入れる順番、入れる時間を工夫することにしました。火を止めてから教室に届くまでの余熱による火の通りを考慮して、“表面は歯ごたえが残っているけれど、中はやわらかい状態”での仕上げを目指しました。

とうとう、調理員さんから「キタアカリ、極めました！」という嬉しい報告がありました。地場のおいしいじゃがいもを、おいしい状態で、おいしく子どもたちに食べてもらうことができました。じゃがいもで喜びを感じた7月の出来事でした。

ご案内

★「第18回 はま菜ちゃん料理コンクール」

今年度も横浜の野菜『はま菜ちゃん』を使った学校給食メニューを募集します。
今年度のテーマは“ピーマン”です。
対象：市内在住の小学生（個人←グループで作成しても1人ずつ応募します。）

料理コンクールに関する情報はインターネットから見るすることができます。
（はま菜ちゃん料理コンクールで検索）

<https://www.city.yokohama.lg.jp/kurashi/machizukuri-kankyo/nochi/manabu/hamanacook/>

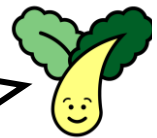
応募用紙は上記ページよりダウンロードできます。
給食室の前にもありますので、ご自由にお持ちください。



（横浜市電子申請システム応募：8月1日～9月3日）

今年度は、応募方法が
変わりました。各個人
で電子申請システムを
使って応募します。

昨年は、瀬戸ヶ谷小学校から43作品の応募
がありました。
今年も応募作品は給食室前に掲示して紹介
するので、学校にも是非提出してください。



★「かながわ学校給食夢コンテスト」

『給食でこんなメニューがあったらいいな』をテーマに夢の献立を募集します。
「栄養バランス部門」と「地場産物部門」があります。（1部門1献立まで）
対象：公立小学校、中学校及び特別支援学校の児童生徒

応募用紙は、給食室の前にありますので、ご自由にお持ちください。

*校内~~で~~切：9月1日（火） 学校で集めて応募します。（栄養士まで。）

★「第6回 横浜の子どもが作る弁当コンクール」

募集テーマ：体の免疫力（めんえきりよく）を高める弁当を作ろう！

詳しくはこちら⇒ 横浜すぱいす <http://y-spice.com/>

対象：横浜市に在住または在学の小中学生と特別支援学校の児童生徒

【注】実技審査は、応募者1人で作るため、グループでの参加は不可。

応募期間：2020年5月～9月10日（木）当日消印有効

各個人で直接応募