

給食だより



令和4年度

1月号

横浜市立北山田小学校

今月の目標


感謝の気持ちをもって 食事をしよう。

学校給食週間 1月16日～20日

北山田給食選挙が行われました！

全校に好きな給食メニュー（主菜）を投票してもらった給食選挙を行いました。12月の選挙期間には、給食委員会児童が選んだ6つの候補メニューについて、それぞれのよさをポスターやお昼の放送で伝えました。単に自分の好みのメニューを選ぶのではなく、食べると自分の体にとってどんなよいことがあるのかを考えて選ぶことができるとよいと思い、活動に取り組みました。

筋肉むきむき
チリコンカーン



チリコンカーンくん

もともとアメリカ南部やメキシコのチリパウダーを効かせた豆料理です。大豆のたんぱく質の働きで、チリコンカーンを食べるといい筋肉がきますよ。成長期のおみなにおすすめです。

卵と鶏肉でタンパク質たっぷり
親子煮



親子煮ちゃん

鶏肉と卵でタンパク質たっぷり、給食の親子煮には高野豆腐も入っていてさらにタンパク質アップです！ご飯にかけて、親子丼にして食べてみてくださいね！

ごはんと一緒に食べよう
肉そぼろ



肉そぼろくん

肉そぼろには豚肉だけでなく、にんじや高野豆腐、細かい大豆が入っていることを知っていましたか？しょうが、砂糖、醤油、みりんの甘辛い味付けが食欲をそそります。卵のそぼろと合わせるとうりも最高！ごはんも進みますね！

北山田給食選挙

ぼくたちわたしたちのいいところを知って、選んでね


いいこといっぱい
サバの味噌煮



鯖煮くん

風邪になりたくない人におすすめ！サバの味噌煮はビタミンやミネラルの力で、免疫力アップと疲労回復してくれる優秀な食べ物だよ。目や歯や骨をじょうぶにしてくれる効果もあるんだよ。

健康になろう！肉じゃが



じゃがくん

肉じゃがには、主に野菜が多いですが、肉も入っているため野菜が入っている料理の中ではとにかく美味しく、人気が高いです！じゃがいものビタミンは疲労回復や風邪予防に効果があります。体調を崩しやすい季節にぴったり！

ごはんがすすむよ
ジャガマーボー



ジャガマーボーくん

平成21年度はま菜ちゃん料理コンクールの入賞レシピとして給食メニューに定着しました。マーボー豆腐の豆腐の代わりにみんなが大好きなじゃがいもを使いエネルギー満点、ピリッと辛い味のひみつ「トウバンジャン」が食欲をそそります！

給食委員会児童が作った候補メニューの選挙ポスターです。お昼の放送ではキャラクターになりきって、それぞれのメニューのよさを全校のみんなに伝えました。

結果は

6位 親子煮 48票 5位 チリコンカーン 51票 4位 さばの味噌煮 62票
3位 ジャガマーボー 79票 2位 肉そぼろ 116票 1位 肉じゃが 118票でした。

選んだ理由

もともと魚が好きで学校給食の中の魚では1番さばの味噌煮が好きです。他にも免疫力アップや疲労回復などの効果、目や歯を常備にする働きがあることをこのタイミングで知ったのでより好きになりました。なので、さばの味噌煮にしました。

(4年生)

とても美味しいからです。だしと卵、鶏が全て絡み合っ、ジューシーなところが良いと思います。いつも、『これを作る調理員さんはすごい!』と食べながら思っています!

親子煮、1番!!

(5年生)

なぜかという、自分がたべれば、かぜよぼうになるし、やさいもたくさんはっていて、にんきらしいので、にくじゃがにしました。

(1年生)

1位の肉じゃが、2位の肉そぼろ(そぼろに)、3位のじゃがマーボーは2月の給食で食べられます。

学校給食週間です! 1月16日~20日



日本の学校給食は明治時代、山形県鶴岡市で昼食を持参できない子どもたちのために、おにぎりや魚、漬物を用意したのが始まりです。その後、徐々に全国に広まった給食も、第二次世界大戦で中断されました。戦後、海外から救援物資で再開された学校給食は、栄養が不足しがちだった多くの子どもたちを救いました。

今は豊かになった日本ですが、当時の気持ちを忘れないために設けられたのが「全国学校給食週間」です。食べものにあらためて感謝し、将来にわたって心豊かな生活を送れるよう、子どもたちの健康な心と体を育み、大切な食文化を未来に伝えていく学校給食の役割についてあらためて考えられる一週間です。学校ではこの給食週間を、食べることの大切さや、食べ物や給食に関わる方々への感謝の気持ちをみんなで考える機会にしています。

各クラスで書いた「調理員さん・栄養士さんへの感謝のメッセージ」は、給食室前に掲示してあります。

