



給食だより

平成27年11月13日
横浜市立西が岡小学校
校長 山本 朝彦

日が落ちるのもずいぶんと早くなり、秋の深まりが感じられます。朝夕の冷え込みと日中の温度差でかぜをひいている人もいます。朝起きるのもつらくなりますが、温かい朝食を食べて登校しましょう。

11月の給食目標 「係や当番に進んで協力しよう」

- 配膳中は静かに待ちましょう。(マスクを忘れずに持ってきてましょう。)
- 食器の片づけや牛乳パックのリサイクルをじょうずにしましょう。

今月の献立について

地産地消月間です！



- 泉区産の野菜を使用します。
今月使用する、にんじん・こまつな・だいこん・ほうれんそう・キャベツ・ブロッコリーは JA 横浜 から購入します。
- 6日 柿は和泉町の宮澤農園さんの「浜柿」を使いました。



横浜でとれたものを「浜柿」と呼びます。
品種は「次郎柿」です。

- 26日 マカロニのクリーム煮に地場のほうれん草を追加します。

地場産物を使っておいしい給食

給食には、地域の生産者の方々が丹精込めてつくった地場産物がたくさん取り入れられています。この取り組みは食育基本法に基づき、全国で進められています。

横浜市ではJAと協力し、市内産野菜を基準献立に取り入れています。平成27年度までに県内産、市内産を20%活用することを目標にしています。平成26年度12月に行った調査では全市では使用食品中10.6%の活用でしたが、本校は独自に地場産物を取り入れているため、13.3%の活用でした。これからも農業の盛んな泉区の特徴を生かした給食を実施していきます。



10月31日(土)も市内産の食材を使った給食でした。



「我が家の自慢料理」をご紹介します。

7月に募集しました「我が家の自慢料理」に5名の方からご紹介がありました。神奈川県産の食材を使用した料理です。紙面の都合により順に掲載させていただきます。

渡辺さん(4年生保護者)

ズッキーニたっぷりラタトゥイユ

作り方

- ① 鍋にオリーブオイルを熱し、みじん切りにしたにんにくとみじん切りのベーコンを焦がさないように弱火で炒める。
- ② さいの目切りにしたズッキーニ2本とみじん切りのたまねぎを入れて炒める。
- ③ トマト缶を入れて15～20分煮込む。(水は不要)
- ④ 熱々を器に入れて上からチーズをたっぷりのせ、とろけるようにする。

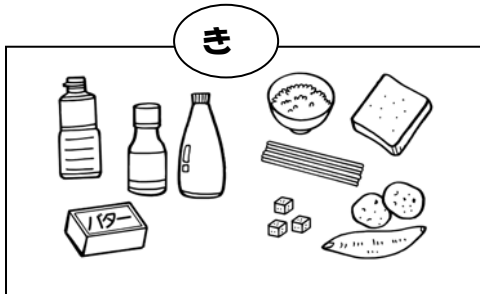
材料 (4人分)	
ズッキーニ (黄)	1 個
ズッキーニ (赤)	1 個
たまねぎ	1 個
ベーコン	薄切り 5 枚
にんにく	1 かけ
とろけるチーズ	150 g
トマト缶	1 缶
オリーブオイル	適量
コンソメ顆粒	適量



渡辺さんの「ズッキーニたっぷりラタトゥイユ」は県の優秀作品に選ばれました。11月2日に表彰式がありました。おめでとうございます。

食べものの き・あか・みどい

給食の時間には、食べものはたらきを黄・赤・緑の3つに分けて、全部がそろうように好ききらいなく食べるとバランスがよくなることを学んでいます。毎日のパクパクだよりを活用し、9月は「黄のたべもの」、10月は「赤のたべもの」、11月は「緑のたべもの」がわかるように知らせています。ご家庭の食事でも、お子さんと一緒に赤・黄・緑のバランスチェックをしてみましょう。



給食の献立は **赤・黄・緑**がそろっています!

成長期のみなさんが健康で元気に毎日
をすごせるように、おいしくて栄養バラ
ンスがよい献立をつくっています!