

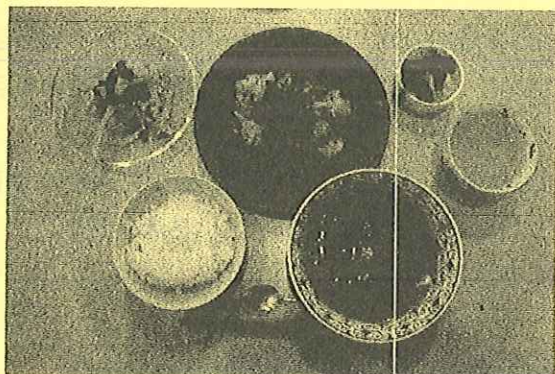
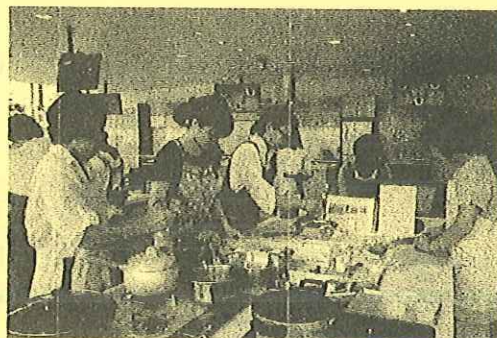


～長田南中(ブロック長)・川原小(副ブロック長)・長田西中・城山中・長田東小・長田西小・長田北小・長田南小～

☆第8ブロック母親委員料理教室☆

平成28年9月12日 月曜日 開催場所：静岡ガス エネリアショールーム静岡

今回は第8ブロック母親委員15名で「残暑をのりきる元気メニュー」と題し料理教室を開催しました。今年の夏も大変暑くまだ続く残暑をのりきれよう旬の野菜をふんだんに使った料理でどれも簡単にできるので、皆さんも今夜の献立に取り入れてみてはどうですか♪



《メニュー》

- ・なすと豚肉の重ね蒸し
- ・モロヘイヤとトマトのスープ
- ・さつまいもとかぼちゃのハニーサラダ
- ・チョコバナナパンプディング

この中でも、さつまいもとかぼちゃの甘味が子供達にも食べやすく、ハロウィンメニューにもおすすめの「さつまいもとかぼちゃのハニーサラダ」の作り方を紹介します。

材 料 (6人分)

さつまいも	} 合わせて	
かぼちゃ		500g
玉ねぎ	1/2個 (100g)	
ベーコン		3枚
a {	マヨネーズ	大3
	粒マスタード	大1
	はちみつ	大1/2
	パセリ	適量

作 り 方

1. さつまいもは皮をむいて1cm幅のいちよう切り、かぼちゃも皮をむき、2cm角に切る。玉ねぎは薄切りにしベーコンは1cm幅に切
2. 鍋にさつまいもとかぼちゃを入れ水1/2Cを注ぐ。ベーコンを上のでせて蓋をし強火にかける。沸騰したら弱火で6～8分蒸し煮す。途中で焦げない様に注意し、蓋を取り水気をとばす。
3. ボウルにaを混ぜ合わせ②を加え、野菜を半つぶしにしながら混玉ねぎも加え混ぜ合わせる。
4. 器に盛り付け、パセリのみじん切りを散らす。

《参加者の感想》

- ・生姜を使った料理で、体が温まり疲れた胃も癒されました。
- ・我が子の苦手な食材を使ったメニューでしたが、これなら食べてくれると思いました。
- ・旬の野菜を使った「体に優しい料理」を教わることができ、とても参考になりました。
- ・モロヘイヤとトマトの組み合わせは意外でしたが、簡単にでき美味しかったので家庭でも是非作ってみたいです。

丸子給食センター視察・給食試食会の報告☺

6月28日、長田学区の給食を作っている「丸子給食センター」へ、視察・試食会に行ってきました。

現在、見学通路は無く、実際に作られている現場を見学する事は出来ませんでしたが、『保護者の方にもセンターの取り組みを知って頂きたい』との事で、栄養教諭の小谷久美子さんから詳しくお話を伺ってきました。

母親委員の皆さんは視察前から質問内容を準備していたり、小谷さんのお話を真剣に聞き入りながらメモを取ったりと、給食への関心の高さが感じ取れました。

この視察・試食会は、家庭料理を振り返る、とても良いきっかけになったと思います。



☆自慢の取り組みの紹介☆



▲栄養教諭 小谷久美子さん

センターでは、毎日16校分の給食9000食を職員80名で作っているそうです。そして、徹底した衛生管理のもと、安心安全な給食の提供を行っています。

献立では、色々な食品を幅広く使用し、地場産物を取り入れた給食作りに工夫をされています。

今年度の学校給食は、毎月日本各地の郷土料理や、日本に古くから伝わる料理（ひじき・切り干し大根・きんぴらごぼう等）、行事食（赤飯・冬至のかぼちゃ等）を取り入れた献立となっています。

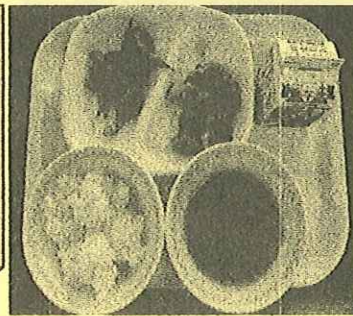
子供達が好む食事を出せば残飯は減らせますが、日本古来の食事を今の子供達に知って食べてもらえるような、食文化の継承に努めているようです。

学校給食による食育は素晴らしいですね！

♥新しいもの好きです。月に1回は新メニューを登場させています！
♥「安全で美味しいものを出したい！」と、献立作りには力を入れています。

人気メニューベスト3

- No.1 カレー
- No.2 鮭のマヨネース焼き
- No.3 ナン&ドライカレー



◎本日の試食

- ・米飯
- ・牛乳
- ・切り干し大根入り
 ビビンバ
- ・わかめスープ
- ・枝豆

☆脳力upポイントはパンよりご飯◎

学校給食のメニューでは、パンよりご飯の方が多く出ます。

ご飯を摂ると授業への集中力が増し、脳力upするそうです！！

切り干し大根とビビンバの組み合わせが意外！

しかも美味しい♪ 切り干し大根が苦手な子でもパクパクご飯がすすみそうです！

1食256円で、全て材料費に使われています。

～ 母親委員の皆さんの感想 ～

- ・衛生面が思った以上にしっかりされていることが、よく分かりました。今後も子供達には安心して給食を食べてもらえます。味付けや食材にかなりこだわっていて驚きました。栄養士さんの工夫や努力に頭が下がります。
- ・安全で美味しい給食の為に、食材確保から献立、調理、衛生、その後もいろいろと見直しなどして下さり、更に美味しい物を追求して下さっている姿勢、こんなに細やかな心遣いの中で作り上げられているのだと驚き、感謝でした。
- ・給食に携わる方々の「より安全で美味しいものを！」という思いが込められて毎日の給食が作られているんだなぁと実感出来ました。子供達にもその思いを感じて、残さず食べてもらえたらと思いました。
- ・家庭でも、子供が嫌だから作らないのではなく、食べてもらえるよう工夫して作ってみようと思いました。
- ・予算や栄養面、調理法、アレルギー対策、そして皆の好みまで…いろんな事を考えて日々の給食が出来上がるんだなぁ、と思うと、感謝の気持ちでいっぱいになりました。