

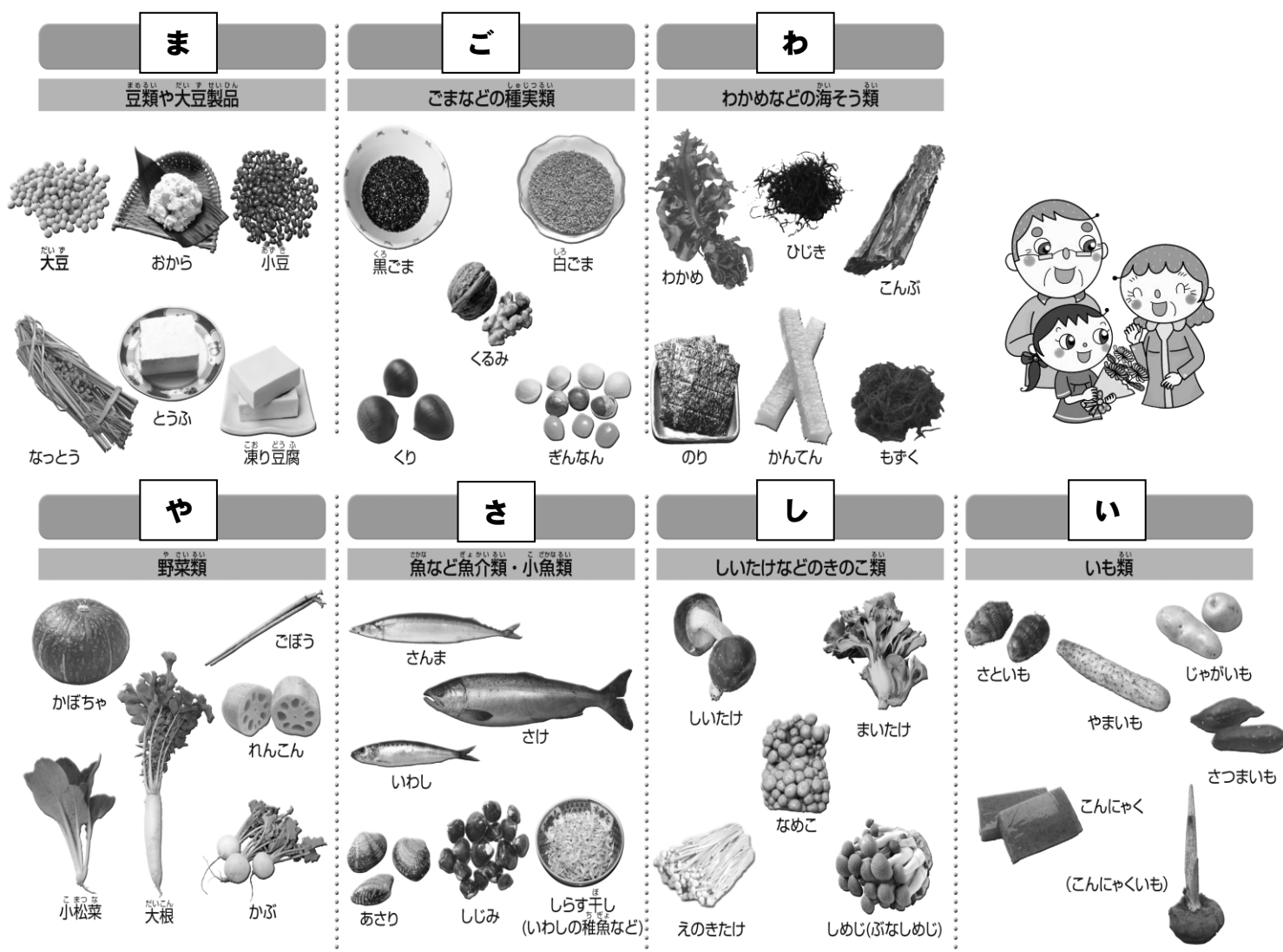
9月になりました。9月2日から2学期の給食がスタートします。ランチオンマットや口ふきタオルの準備の他、給食当番、配膳当番はマスクを忘れないようお願いいたします。

給食室では夏休みの間、施設の清掃や点検、食器・器具類の洗浄等を重点的に行い、給食開始に向けて準備を進めてきました。2学期も安全でおいしい給食作りに努めてまいります。引き続き、どうぞよろしくお願いいたします。

「まごわやさしい」～日本人の長寿を支える食材～

「まごわやさしい」という食育の言葉を知っていますか？これは、栄養バランスのとれた食生活に役立つ、伝統的な食材の頭文字を組み合わせたもので、**ま→豆、ご→ごま、わ→わかめ、や→野菜、さ→魚、し→しいたけ、い→いも** を指しています。

これらの食材がよく使われる日本の食卓は、日本人の長寿を支えるものとして、その価値が見直されています。ご家庭での食事にも「まごわやさしい」の食材を積極的に取り入れてみませんか。



給食試食会が行われました

PTA の皆様のご協力のもと、7月10日（木）に給食試食会が行われました。59名のお申し込みがあり、移動教室に出かけている5年生の教室が会場となりました。

栄養士からは、食育、献立作成、給食で使用している食材についてのお話をさせていただきました。また、写真を使って給食室の様子や、調理に使う器具類をご紹介します。

試食の後にはアンケートにもご協力いただきました。いただいた貴重なご意見は、今後の給食作りの参考にさせていただきます。ありがとうございました。



この日の献立は
「麦ごはん」「鮭のねぎみそ焼き」
「五目汁」「梅ドレッシングサラダ」
「牛乳」でした。

9月の献立から

9月9日（火） 菊花シューマイ 重陽の節句献立

9月9日は「重陽の節句」です。「重陽の節句」は、平安時代の初めに中国から伝わった行事です。この日には菊を飾るなどして、長寿を願うことから「菊の節句」とも呼ばれています。給食では、菊の花に見立てたシューマイを手作ります。

9月24日（水） 麻婆焼きそば 笹かまサラダ 日本の郷土料理：宮城県

宮城県仙台市のご当地グルメ「麻婆焼きそば」は、マーボー豆腐と焼きそばを組み合わせた料理で、1970年代に中華料理店のまかない料理として提供されたのが始まりです。

「笹かまサラダ」に使われている笹かまぼこは、宮県の特産品で、すけとうだらなどの白身魚を原料として作られます。給食では、細くきざんで野菜と混ぜこみ、サラダにさせていただきます。

9月29日（月） ガパオライス 世界の料理：タイ

ひき肉と野菜を炒めた具をごはんにかけて食べる、タイの定番料理です。バジル、ナンプラー、オイスターを使って風味を出します。



<9月の食材の主な産地（予定）>

食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地	食材名	産地
にんにく	青森県	じゃがいも	北海道	だいこん	青森県 北海道	りんご	長野県
しょうが	茨城県	ねぎ	青森県	こまつな	足立区 埼玉県	巨峰	山梨県 長野県
にんじん	北海道	きゅうり	福島県 岩手県 青森県	キャベツ	群馬県	梨	栃木県 千葉県
たまねぎ	北海道	たけのこ	鹿児島県	さやいんげん	福島県 埼玉県	米	岩手県
ごぼう	宮崎県	れんこん	茨城県	にら	茨城県 山形県	鶏卵	栃木県
セロリ	長野県	ピーマン	茨城県 青森県	えのきたけ	長野県	豚肉	埼玉県 茨城県 岩手県 青森県 群馬県 北海道
もやし	栃木県	赤ピーマン	宮城県 茨城県	エリンギ	長野県	鶏肉	宮崎県 鳥取県 岩手県 北海道 青森県 群馬県
はくさい	茨城県 長野県	さつまいも	千葉県 茨城県	かぼちゃ	茨城県	牛乳	東京都 群馬県 山梨県 岩手県 青森県 秋田県 宮城県 山形県 福島県 北海道
ほうれんそう	栃木県	さといも	宮崎県				