

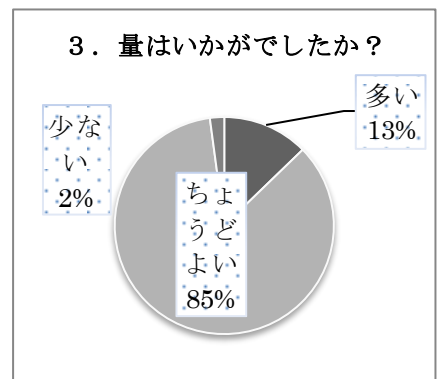
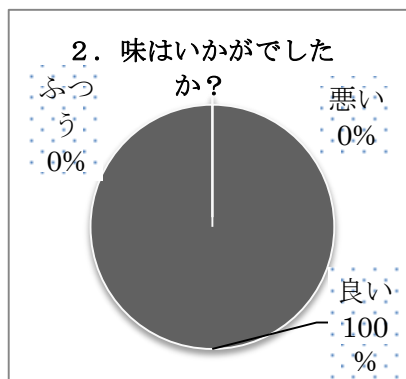
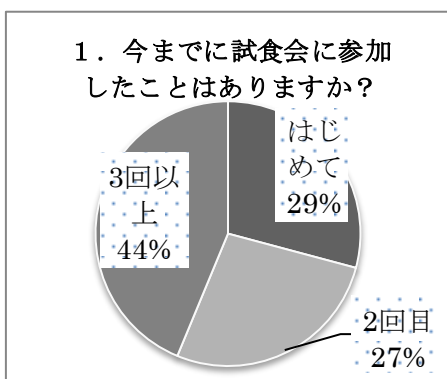
令和元年 6月 28日
練馬区立大泉第六小学校

★試食会のご参加ありがとうございました★

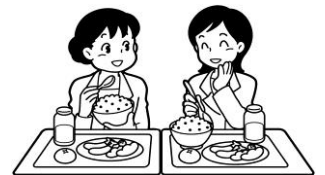
6月6日(木)に給食試食会が行われました。今年もたくさんの保護者の方にご参加いただきました。まずは家庭科室で、関保健相談所の栄養士より、ご家庭での食事作りについてのお話がありました。そして本校栄養士より、学校給食が法律に基づいて行われていることや、大六小の給食について、大六小での食育の取り組みをご紹介しました。また、1年生の給食初日と2ヶ月後の給食配膳の様子、そして6年生の給食配膳の様子をビデオに撮ったものを見ていただきました。

その後、6年生の教室に移動して、給食を食べていただきました。当日の献立は練馬産の大根を使用した練馬スパゲティ、キャロットドレッシングサラダ、米粉の甘夏ケーキ、牛乳でした。「おいしかったです」「家でも作ってみます」といったあたたかいお言葉をたくさんいただきました。試食会の準備・運営に関わってくださった学級代表の皆様、ご参加いただいた皆様、本当にありがとうございました。今後も、おいしく、安全・安心な給食を子供たちに届けていきたいと思っております。

ここで、皆様にご協力いただいたアンケートの結果を一部ご紹介します。



- ◆ 子供たちが大好きな練馬スパゲティを初めて食べることができました。美味しかったです！
- ◆ デザートの米粉ケーキも家で作ってみようと思います。
- ◆ 塩分控えめとのことでしたが、薄さを全く感じませんでした。
- ◆ うちでも薄味でも美味しく作る工夫をしていきたいと思っております。
- ◆ 食育についてのお話、普段の給食の様子等、知れて良かったです。
- ◆ 子供から「練馬スパゲティおいしいよ」と聞いていて、楽しみにしていました。美味しかったので家でも作ってみようと思います。
- ◆ 毎年お話を伺うたびに、手作りのあたたかい給食を作ってくださいとありがたいと再確認します。いつもありがとうございます！！



・・・などなどアンケートへのご協力・貴重なご意見をありがとうございました。

7月に発行します「食育だより」では、ご記入いただいた「知りたいレシピ」をいくつか掲載する予定です。

郷土料理で日本一周



東京オリンピックが開催される来年には、世界各国からたくさんの方が日本にやってきます。世界中にもたくさんの美味しい料理がありますが、日本国内にも、47都道府県それぞれの土地でとれる美味しいもの、気候、地域の特色を生かした郷土料理があります。給食で、毎月1つずつ各地の郷土料理を紹介していきたいと思います。日本の美味しい魅力をたくさん知りながら、給食で日本一周してみましょ！

今月は・・・沖縄県の郷土料理



沖縄県は、日本で最も西に位置する60あまりの琉球諸島からなる県です。

- クファージュシー・・・沖縄の言葉で「クファ」は硬めの、「ージュシー」は炊き込みご飯という意味です。
- もずくのすまし汁・・・もずくは天ぷら、酢の物、茶碗蒸し、汁物など様々な料理に使われています。
- ゴーヤチャンプル・・・チャンプルは野菜や豆腐などを炒めた沖縄料理です。「ツルレイシ」のことを沖縄地方では「ゴーヤ」と呼びます。苦みがありますが、食べやすいよう調理で工夫します。



とうもろこしの皮むきをします(1年生)

1年生が5日(金)に、今が旬のとうもろこしの皮むきを行います。皮むきをしたものは給食室で蒸し、全校児童の給食になります。食材に触れること、調理のお手伝いをする事は、「食」への興味・関心・食べる意欲を高める良いきっかけになります。楽しく取り組めればと思います。

◆給食費納金のお願い◆
 今月の給食費の引き落としは、
 7月4日(木) (再引き落とし19日)
 です。残高の確認をよろしくお願い
 します。

【6月】主な食材の産地について
 6月の給食で使われた主な食材の産地は以下のとおりです。

- ・牛乳(東京など)・米(北海道/青森)・人参(千葉)・玉ねぎ(佐賀/練馬)
- ・じゃがいも(練馬)・きゅうり(東京)・ねぎ(茨城)・小松菜(東京)
- ・もやし(栃木)・しめじ(長野)・レタス(長野)・ごぼう(青森)
- ・レタス(長野)・キャベツ(練馬)・大根(千葉)・ピーマン(茨城)
- ・ブルーベリー(練馬)・メロン(茨城)・小玉すいか(茨城)・柑橘果物(愛媛)
- ・さくらんぼ(山形)・卵(茨城)・鶏肉(青森/岩手)・豚肉(青森/栃木)
- ・鰹(宮城)・たこ(北海道)・かじきまぐろ(神奈川)・さば(ノルウェー)

【一人当たりの平均栄養摂取量(児童8~9歳)】

	エネルギー kcal	たんぱく質 g	脂質 g	カルシウム mg	鉄 mg	ビタミンA μgFE	ビタミンB1 mg	ビタミンB2 mg	ビタミンC mg	食物繊維 g	食塩 g
7月平均	658	26.3	21.6	356	2.5	248	0.34	0.53	23	4.6	2.4
栄養摂取基準	650	摂取エネルギー -全体の 13~20%	摂取エネルギー -全体の 25~30%	350	3	200	0.40	0.40	20	5.0	2

