

食育だより



7月号
令和3年7月19日

江南北小学校では、とうもろこしの皮むきやはるかぜ給食など地域の特色をいかした行事が数多くあります。食育だよりをとおして、給食時間や食育行事の様子を紹介していきます。

1年生 とうもろこしの皮むき 6月16日(水)

朝の活動の時間に1年生がとうもろこしの皮むきを行いました。前日にとうもろこしは「どんな食べ物に変身するのでしょうか。」「ひげと実の数はどちらの方が多のでしょうか。」というクイズをしました。また、「とうもろこしの皮のむき方はバナナの皮のむき方と似ています。」という話をすると、ジェスチャーでバナナのむき方をしてくれました。

当日は江南地域でとれた「味来」という種類のとうもろこしを八百屋さんが届けてくれました。なんととうもろこしが100本以上ありましたが、とても手際よくむいてくれました。1年生がむいてくれたとうもろこしは、給食センターの調理員さんがよく洗って切り、釜で茹でてくれました。

自分たちで皮むきをしたとうもろこしはおいしかったようで、「甘くておいしかった!」、「もっと食べたい!」とおかわりもしたいと手を挙げている1年生がたくさんいました。



「味来」は甘味がとても強いとうもろこしです。他のとうもろこしと比べて、栽培するのが難しい種類だそうです。



<調理員さんが釜で茹でる様子>



<1年生が皮をむいてくれたとうもろこし>

2年生 町探検(給食センター見学) 6月21日(月)

町探検で給食センターに見学に行きました。配送で使っているトラックや調理員さんが揚げパンをトラックに積み込んでいる様子を見学しました。「何人の調理員さんで作っていますか。」「どのように献立を考えていますか。」「りんご蒸しパンはどのように作っていますか。」など、いろいろな質問を栄養教諭にして、熱心にメモをとっていました。調理員さんの「ココア揚げパンが好きな人」という問いかけに、「はい!」と元気に答えていました。



お家で作ろう! 給食メニュー!

たなばたじる七タ汁

<材料(4人分)>

- ・だし汁 700ml程度
- ・にんじん(短冊切り) 40g
- ・大根(短冊切り) 40g
- ・なると巻き 20g
- ・オクラ(輪切り) 20g
- ・そうめん 40g
- ・しょうゆ 大さじ1/2
- ・食塩 小さじ1/3
- ・酒 小さじ1/2

<作り方>

- ①だしを取る。
- ②にんじんと大根、なると巻き、オクラを切る。
- ③だしの入った鍋ににんじんと大根、なると巻きを入れ、煮る。
- ④野菜に火が通ったら調味料を入れ、味を調える。
- ⑤オクラとそうめんを加え、やわらかくなるまで煮る。

料理をする時は、お家の人と一緒にしましょう。また、料理をする前に手をしっかり洗いましょう。



7月7日の七塔の日の給食に出ました。にんじんと大根を「短冊」、そうめんを「天の川」と「織り姫が織る糸」、オクラを「壺」に見立てた汁物です。

江南北小学校のホームページにこのおたよりと毎日の給食の写真、一口メモを載せています。ぜひご覧ください。

