

たのしい食育

※このおたよりは、食に関する情報を載せていますので、お子さんと一緒にご覧ください。

令和6年12月
編集・発行
福知山市学校給食会
学校給食センター
(中学校)

☆「給食試食会」を開催しました☆

11月19日(火)に「給食試食会」を開催しました。この日は、福知山市のドッコイセ大使である杉本シェフが考案されたメニューを給食で提供しました。

講話 「日頃からの災害への備え」

福知山市健康医療課 絹川 実実子 さん
瀬谷 麗子 さん

本日の講話では、災害時の備蓄品について話をされました。

災害時の為に備蓄しておくとい食材をはじめ、一人当たりに必要な飲食物の量やラップやアルミホイルの活用方法などを教えてくださいました。また、災害時に手軽にできるポリ袋調理の実演やアルファ米の試食、新聞紙を使ったお皿作りなどを実際に行いました。



～ ポリ袋調理の実演 ～



～ ポリ袋調理の試食 ～



～ 給食の試食 ～

～ 保護者の方の感想 ～

・給食の歴史から給食センターの内容まで、詳しく知ることができました。中でも、地産地消の取組や環境に配慮した食器の使用など、子どもたちの食事を支える配慮を至るところに感じることができました。

・災害に備えるという話がとても参考になりました。「備えないといけない。」と思いながら、何をどれくらい準備しておけばいいのかが分からず、「まあ何とかなるだろう。」という思いもあり何もしていませんでした。しかし、今日の講話をきっかけに備えていくようにしたいです。

12月の新メニュー



12月の給食では、新メニューとして「セルフあんバターサンド」が出ます。この「あんバター」は、給食センターで手作りをします。

あんこが苦手な人も、まずは一口食べてみてください。また、レシピを紹介するので、ぜひ家でも作ってみてください。

○12月12日(木)の献立○

- ・あんバターサンド(コッペパン)
- ・オニオンドレッシングサラダ
- ・豆乳スープ

「あんバター」をコッペパンにつけたり挟んだりして、食べましょう。

作ってみよう! 「あんバター」

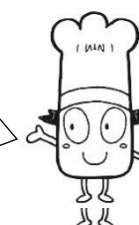
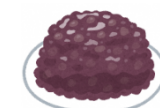
- 材料 - (2人分)

- ・小豆: 30g
- ・砂糖: 27g
- ・食塩: 0.2g
- ・バター: 16g

- 作り方 -

- ① 小豆を水で洗う。
- ② お鍋に小豆とたっぷりの水を入れて茹でる。10分程茹でたら、煮汁を全て捨てる。
- ③ 新たにたっぷりの水を加え煮る。水分が少なくなれば水を加え、小豆がひたひたになる水量で煮る。※この時、こまめにアクを取る。
- ④ 小豆が柔らかくなれば、砂糖と食塩を加え水分が少なくなるまで煮る。
- ⑤ バターを加え仕上げる。

砂糖を加えるのが早いと小豆が柔らかくならないので注意しましょう。



～ お知らせ ～

学校給食費12月期(第7期)の口座振替は1月6日(月)です。尚、12月期(第7期)については、再振替を行いませんのでご注意ください。

