

すこやか河内学校園食育だより

はっぴーらんち HAPPY LUNCH

令和4年2月



がっ こう ぎゅう しょく しゅう かん 学校給食週間



学校給食週間は、「おいしく楽しく給食を食べることができることに感謝し、給食や食べ物の大切さについて学んだり考えたりしよう。」ということを、目あてにした週間です。すこやか河内学校園の給食週間では、統一献立の実施や食事のマナーについて考えるマナー週間を行いました。



かわちがっこうえんとういつこんだて すこやか河内学校園統一献立



き けんこう こんだて 黄ぶなにちなんで健康になろう献立

『昔、天然痘が流行った時に、黄色いふなが宇都宮市中心部を流れる田川で釣れ、病人がその身を食べたところ治った。』という伝説から、病気除けのお守りとして黄ぶなの形をした縁起物を毎年、新年に神様に供えるようになりました。黄ぶなは、宇都宮市を代表する縁起物として親しまれています。今年1年を健康に過ごそうとする意欲をもたせるための献立です。

みや 宮っ子ランチは
ねん ねん
かい かい
年4回!



はる
春



なつ
夏



あき
秋

【ゆずゼリー】

黄ぶなにちなんで、黄色のゆずを使って作った、さわやかな酸味と香りのある食べやすいゼリーです。ふたのイラストは、平成30年度に宮の原中学校3年生がデザインしました。

【里いものコロッケ】

宇都宮市産の里いも、玉ねぎ、豚肉を使い、みそで味つけをしたコロッケです。じゃがいもとは違った里いものねっとりとした食感を味わいました。

【牛乳】

栃木県の生乳生産量は、北海道に次いで全国第2位です。牛乳には、カルシウムや良質なたんぱく質が多く含まれています。

【もやしとにらのごまあえ】

もやし、にら、にんじんをすりごま、砂糖、しょうゆで味付けしました。栃木県のもやしの生産量は、全国第1位、にらの生産量は、全国第2位です。宇都宮市でもたくさん栽培されています。



【かんぴょうの卵とじ汁】

栃木県のかんぴょうの生産量は全国第1位です。とり肉、かんぴょう、にんじん、ねぎ、小松菜を卵でとじた具だくさんのみそ汁です。黄ぶなの郷土玩具に使われている黄、赤、緑の色をした食材を使用しました。

岡本西小学校の統一献立配膳写真



お米は、宇都宮市内産コシヒカリを使用しています。

じ ば さんぶつ かつよう りょうり
 地場産物を活用した料理が
 も 盛りだくさんの1週間でした。

かわちゅうがっこう 河内中学校

なべ
 ちゃんこ鍋



ふゆやさ
 冬野菜カレー



かわち くとくさん
 河内地区特産クレソンソース

や 焼いた さい 鮭にクレソン入りの
 ホワイトソースをかけました。



きゅうしよく
 リクエスト給食



しゅん しゅんぎく
 旬の春菊
 やねぎなどの
 やさい
 野菜がたっぷり。

みんなが好
 きなメニュー
 ばかりですが、
 えいよう
 栄養バランス
 もばっちり。

ふゆやさ
 冬野菜のブロッコ
 リー・カリフラワーを
 つか 使ったカレーで、さむ
 の 寒さを乗り切ろう！！

おかもとしょうがっこう
 岡本小学校では、24日に鳥取
 けん きのう けん 県
 の郷土料理「どんどろけ飯」、

おかもとしょうがっこう 岡本小学校

きゅうしよく
 いつもおいしい給食
 ありがとうございます！

27日に人気献立「カレーピラフ チキンホワイトソースかけ」、

28日に「宮っ子ランチ」が出ました。「どんどろけ飯」は、豆腐や季節の野菜を入れた炊き込みご飯です。豆腐を炒める音が雷鳴に聞こえることから、方言の「どんどろけ」という名前が付いたそうです。栃木県は雷が多いので、雷の名前が付いた料理を出しました。また、この期間中は、保健給食委員会の児童が、献立の説明や食べ物に関するクイズの放送をしました。更に最終日には、児童代表として調理員さんたちに感謝の手紙の贈呈をしました。



おかもとにししょうがっこう 岡本西小学校

おかもとにししょうがっこう
 岡本西小学校では、学校農園で採れた農産品(1年生のさつ
 まいも・5年生の精米)を活用した献立と栃木県内市町の自
 まんこんだて と い きゅうしよく じっし きゅうしよく いん
 慢献立を取り入れた給食を実施しました。また、給食委員
 かい かつどう じぶん かんが もんだい まいにち もん
 会の活動として、自分たちで考えたクイズ問題を毎日2問、
 きゅうしよく じかん ほうそう あ おこな きょう か しゅう
 給食時間に放送しました。合わせて行った、マナー強化週
 かん しょく じまえ しょく じちゅう かくにん おこな
 間では、食事前や食事中のマナーの確認を行いました。



きゅうしよくしつまえけい い じばん
 給食室前掲示板



ねんきゅうしよくいいんかい
 6年給食委員会
 きゅうしよくじかん ほうそう
 給食時間の放送



がっこうのうえんさんぶつりようこんだて
 学校農園産物利用献立



かぬまし じまんこんだて
 鹿沼市自慢献立(インド煮)



な すしおぼらし じまんこんだてまきかじり
 那須塩原市自慢献立(巻狩汁)



ましこまち じまんこんだて
 益子町自慢献立(ビルマ汁うどん)