

晃陽地域学校園食育だより 令和3年度 KOYOわくわくランチニュース

※お子様と保護者の方と一緒に読んでください。

晃陽地域学校園では、「地域に根ざし、子どもが生き生きと活動する晃陽地域学校園」の基本方針のもと、地域内の小中学校が連携を図り教育活動を行っています。

食育分野においても、小中連携により、9年間を通して望ましい食習慣を体得させるとともに、食を通して人間関係をよりよく構築し、心身ともに健全な児童生徒の育成を目指していきます。

～ 晃陽地域学校園の食育の取り組み～



晃陽中学校栄養士 石川 ・富屋小学校栄養士 池田 ・篠井小学校栄養士 佐滝 です。毎月、食育部会を開き、献立の内容や学校園の統一献立の作成、調理方法や食材の仕入れ、価格の動向、子どもたちの給食や食生活の状況など、幅広い内容について話合っています。

主な食育の取り組みとしては、朝ごはんの喫食率を上げ、さらに朝食内容の質の向上を図ることを目的として、朝ごはんアンケートを2回実施しました。今市

今年度の地域学校園の重点目標 『朝食の大切さを理解し、バランスの良い朝食を考えよう』

今年度実施した学校園統一献立のいくつかをご紹介します。

KOYOいもグラタン



材料	4人分
さつまいも	120g
さといも	120g
じゃがいも	100g
鶏小間肉	100g
ムキエビ	50g
たまねぎ	120g
マッシュルーム	30g
サラダ油	3g
A 小麦粉	20g
A バター	20g
A 牛乳	120g
B しょうゆ	5g
B コンソメ	3g
B 塩	ひとつまみ
B こしょう	少々
B 水	50g
粉チーズ	10g
ピザチーズ	50g
乾燥パセリ	少々
パン粉	少々

「KOYO いもグラタン」



学校内にある教材園や地元産のさつまいもや里芋、じゃがいもを使って、小麦粉・バター・牛乳から作るホワイトソースたっぷりのいもグラタンを考案しました。ボリューム感のある食べ応えのあるグラタンです。

晃陽地域の食材を使ってたてた献立名には、必ず「KOYO」と付けています。

- さつまいもは、よく洗い皮をむかずにいちょう切り、里芋とじゃがいもは、皮をむいていちょう切り、玉ねぎはスライスにします。
- 【Aの食材】バターを熱し、小麦粉を入れ混ぜて、少しずつ牛乳を入れて、ホワイトソースを作ります。
- 里芋は、下茹でをしておきます。
- 鶏肉と玉ねぎ、マッシュルームを炒め、水を加え芋を入れ煮込みます。
- 材料が柔らかくなったら、Bの調味料・2のホワイトソースを混ぜます。
- 器に盛り、上にピザチーズ、パセリとパン粉、粉チーズをかけます。
- 220℃に温めたオーブンで、5分から8分、表面に焦げ目がつく程度に焼きます。

1クラス分の量を1バットに入れて、
オーブンで焼きました！
教室でバットの蓋を開けた時は、
子どもたちの歓声が挙がりましたよ！！
富屋小より



KOYOメロンパン



KOYOメロンパン

KOYOトマトクリームスパゲティー



KOYOトマトクリーム
スパゲティー

12月24日の給食です

材料	4人分
丸パン	4個
バター	50g
鶏卵	1個
さとう	50g
粉末アーモンド	50g
小麦粉	40g
強力粉	40g
グラニュー糖	少々



生地をこねて、丸めていきます。

「KOYO メロンパン」
地元企業の滝の金田屋の米粉パンや丸パンの上に、強力粉・小麦粉・無塩バター・卵・さとう・アーモンドパウダーを混ぜたクッキー生地をのせて、オーブンで焼き上げる手づくりのメロンパンです。外はかりっと、中はもっちりとしていて、とてもおいしいですよ！

1. 小麦粉と強力粉をふるっておきます。
2. 卵とさとうをよく混ぜ合わせ、湯煎したバターを入れます。
3. ふるった小麦粉と強力粉・粉末アーモンドを入れ、こねていきます。
4. パンに、3をのせ、まんべんなく広げます。グラニュー糖を振りかけます。
5. 200℃のオーブンで、10分程焼きます。



「KOYO トマトクリームスパゲティー」
地元企業の鶏の木の生パスタ（ほうれん草を練りこんだフィットチーネ）を使用します。地元産の大豆とたっぷりの牛乳、生クリームを入れたトマトクリームソースを、緑色の生パスタにかけて、クリスマスカラーにしました。

材料	4人分	材料	4人分	材料	4人分
生パスタ	400g	水	100g	星のチーズ	30g
ベーコン	50g	A ケチャップ	50g	乾燥パセリ	少々
にんにく	5g	A トマトソース	50g		
にんじん	50g	A ざらめ	5g		
たまねぎ	150g	A コンソメ	5g		
大豆	30g	A 塩・こしょう	適量		
油	3g	牛乳	250g		
トマト水煮缶	150g	生クリーム	20g		



1. たまねぎは薄切り・にんじんは千切り・大豆は下茹でをします。（水煮の大豆を使う場合は水気を切る）
2. 油で、にんにく・ベーコン・たまねぎ・にんじんを炒め、トマト水煮缶・大豆を入れて煮込みます。
3. 火が通ったらAの調味料を入れて味を調え、ひと煮立ちしたら、弱火にして牛乳・生クリーム・チーズ・パセリを入れ、仕上げます。



～晃陽地域学校園での主な活動報告～

- ・今年度、お弁当の日を10月から12月にかけて、2回実施しました。
- ・朝食アンケートを6月に実施し、結果をまとめました。
- ・小学校で給食のマナーについてのアンケートを実施しました。
- ・健康観察表に「朝ごはんを食べた」の項目を追加しました。
- ・地産地消の食材を、優先的に活用しました。
- ・3校の校内に、KOYO掲示物コーナーを作りました。
- ・タブレット活用を推進して、アンケートや資料の共有を行いました。