

## R6年度 甲斐市立玉幡小学校 給食室

※約1か月の夏休みはいかがだったでしょうか。 聖話リズムを崩すことなく、よく養べ、元気に繁 しく過ごせたことを願います。さて、2学期は、運動会から始まり、校外学習や陸上記録会など大 きな行事が自白押しです。美味しく、バランスの良い給食で玉幡小のみなさんの頑張りをサポー トできるよう、給食室一同力を合わせて頑張ります。

# 班給食を実施しました

コロナ禍から長い間前向き給食を実施してきましたが、「食事を通じた人間関係形成能力を身に付 ける」「楽しい雰囲気の中で会食できるようにする」といった事柄を学ぶためにも、班になって給食を 食べる経験が必要だと考え、班給食を実施しました。事前に、向き合って食事をする際の食事マナー についての学習を行いました。当日は、1学期の給食最終日ということもあり、和やかな雰囲気で友達 と競を見合わせて食べる楽しさを体感することができたのではないかと思います。









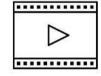
# **◇◇◇** 「ローリングストック」で無理のない備蓄を**ノ**

素ラー あきにかけては、台風が特に多く発生する時期です。停電や断水を想定 して、水や食料品を準備しておきましょう。日常的に、食料品を少し多めに <sub>童</sub>い置きし、使ったら童い足す「ローリングストック」を実践することで、無 <sup>\*</sup>理なく備えることができます。









<sup>えいよう</sup> 栄養バランスを考える。 ●使った分を置い足す。

> 今前は、出張編です。9月6日の市制20周年記念給後で使用する単斐市産の 食材についての動画です。中斐市栄養士会で他校の栄養士の先生方と協力し、 作成しました。動画を見て中斐市の特産物についての知識を深めてほしいと思い













単州ワインビーフ

赤坂とまと

# **1)** (3) #R

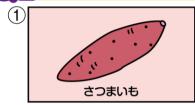
# ナスは英語で「〇〇○plant (〇〇〇植物)」と言います。〇〇〇に入る英語は?







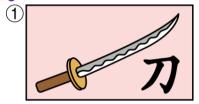
# 次のうち、根っこの部分を食べるいもはどれ?







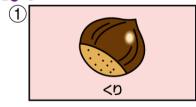
## サンマは漢字で「秋〇魚」と書きます。〇に入る漢字は?







# 次のうち、木にならないものはどれ?







# がき またいよう そ うんしゅう やく はい おいます。その栄養素が温州みかんの約2倍もふくまれています。その栄養素とは?







Q1=③(Eggplant) Q2=①(②と③は地下のくきの部分) Q3=①(秋刀魚) かき なか そだ あ まんしゅう なか そだ かき なか そだ なか そだ なか そだ かき かき かき (土の中に育つ) Q5=②(100g当たり、温州みかん32mgに対して柿は70mg)



### にほん ぜんこく あじ

# 日本全国味めぐりツアー

う月の日本全国味めぐりツアーは、「宮崎県」です。 宮崎県は、九州地方にある県で、神話の 時代から目向と呼ばれてきたことや、平均気温や日照時間がトップクラスであることから「日本 のひなた」とも呼ばれています。その気候を生かした特産品も数多くあります。

# 【宮崎県の基本データ】

けんちょうしょ ざいち 県庁所在地

…宮崎市

特産品

…宮崎牛、カツオ、きゅうり、 マンゴー、きんかん、日向夏、

乾燥しいたけ

まょうどりょうり 郷十料理

…冷や汁、チキン南蛮



だいこんせいさんできた。大根牛産に適しています。

素がきない。 宮崎県は、切干大根の生産量が全国 1位です。日照時間が長く、乾燥し た季節風が吹く気象条件が、切干

チキン常盤は、揚げた鶏肉を甘酢に 浸し、タルタルソースをかけて食べる料理です。宮崎県で生まれ、今で は学園的にも人気の料理です。



たいでいる。 魚のすり身にあぶった味噌やすりごまを合わせ、だ し汁で伸ばし、豆腐や薬味を加えて食べる郷土料理で す。冷たいみそ汁をご飯にぶっかけて食べます。

# 朝後にぴったりなアレンジトーストレシピです。



# はちみつレモントースト

### 【材料】5人分 食パン 5枚 バター/マーガリン 30 g Δ はちみつ 30 g レモン製汁 10 g

# セサミトースト

	【材料】5人分	
	食パン	5枚
A	「バター/マーガリン	40 (
	砂糖	20 (
	砂糖 首すりごま 首いりごま	5 (
	白いりごま	5 9

## 【作り芳】

- ① Aを混ぜ合わせる。
- ② 食パンにぬる。
- ③ トースターで色よく焼く。

