

School Lunch Time

お茶の水女子大学附属小学校

平成 28 年 1 月 29 日

栄養教諭 足立愛美

学校の畑で育てた大根を給食に使いました

4 年生（あおい学年）の有志と、戸張先生が学校の畑で育てた大根が 19 日に収穫され、20 日の給食に使いました。収穫したばかりの大根は、つやつやと輝いていました。

実は、昨年当時 3 年生だったあおい学年が育てた大根を給食に使っています。今年の大根は、昨年度よりも一層、根の部分が太く育ち、根も葉も食べごたえがありました。葉はふりかけに、根はみそ汁にを使って、全校で味わいました。給食を食べた他の学年からも、「私も一緒に野菜を育ててみたい！」という声があがっていました。



大根についた土を、冷たい水で
1 本 1 本洗う 4 年生

今月の給食から

1 月 15 日（金） 5-4 給食委員が考えた献立 ～苦手なものもおいしく食べよう～



苦手な人の多い食材も、おいしく食べてほしいという思いが込められた献立です。クラスの友だちや、栄養教諭への聞き取りから、なすが苦手な人が多いことを知った給食委員は、なすもおいしく食べられるようにと、グラタンに入れることにしました。苦手な人も、先入観を持たずに、まずは一口食べてほしいという考えもあり、あえて料理名に「なす」を入れず、「ミートソースグラタン」と名付けました。給食室では、なすを大きすぎず、でもなすが入っていることがわかるように大きさに気をつけて切るようにしました。以下は教室からの感想です。

〇グラタンと、サラダがおいしかったです。 〇グラタンを、全部食べられました。きれいなものが入っているなんて思いませんでした。

1 月 19 日（火） 6-4 給食委員が考えた献立 ～ファーストフードについて考えよう～

給食ではなぜファーストフードが出ないのか、そのファーストフードについて考えてみようというテーマのもとに提案された献立です。考えた献立の油（脂質）の量が少し多めだったのですが、ファーストフードの特徴をつかむために、あえて脂質も少し多いままで出すことにしました。給食委員は、お昼の校内放送で献立の紹介をし、ファーストフードは油が多いので毎日食べ続けることは考える必要があること、スープにはたっぷりの野菜を入れて工夫したことを伝えました。

ハンバーガー店に行くと、あっという間に注文したものが出てきますが、給食室ではハンバーグ生地を丸めたり、52kg（約 250 個）のじゃがいもを切って揚げたりして、目の回るような忙しさでした。ファーストフードと言われるものも、一から作ると、とても手間と時間のかかるメニューだと感じました。

教室ではパンと具を別々に配ったため、思い思いの「マイ照り焼きバーガー」を作っていました。作り方を知りたいというお手紙を何枚ももらいました。



給食食材（生鮮食品）の産地

1 月 19 日（火）

豚肉（茨城）

キャベツ・セロリ（愛知）

じゃがいも・たまねぎ（北海道）

にんじん（東京）にんにく（青森）

文部科学省の食堂に、お茶小の給食が…

1 月 24～30 日は、全国学校給食週間です。この 1 週間には、学校給食の一層の充実、発展を図ることを目的として全国の学校で趣向を凝らした給食が提供され、省庁においても給食に関係したイベントが開催されます。文部科学省の職員食堂では、日本各地の学校給食献立を元にしたメニューを提供する「学校給食フェア」が行われました。ここに、本校の給食献立である「ちりめんごはん、豚のしょうが焼き、じゃがいもとひじきのいため煮、きのこ鶏のみそバター汁」が採用されました。この給食は、以前もご紹介しましたが、給食委員会の子もたちが考えた献立です。郷土料理や地域の特産物など、全国の特徴ある献立のなかに、お茶小の子もたちの豊かな発想から生まれた給食が並んだことを大変うれしく思いました。

※食堂は、文部科学省に用務のある人のみが利用でき、この給食メニューは 1 日限定の提供でした。

また同日、同じく文部科学省にて、スーパー食育スクール事業の事例発表会があり、本校の SHOKUIKU 実践報告も行いました。



文部科学省職員食堂のショーケース
（このメニューは人気のため、早々に売り切れたそうです）