

# School Lunch Time

お茶の水女子大学附属小学校  
平成 27 年 12 月 22 日  
栄養教諭 足立愛美

## 来年度のアレルギー対応について

1～5 年生に、12 月 18 日付で、来年度の給食に使用しない食材についてのおたよりを配付しました。本校では、給食に使用しない食材を毎年保護者の方にお伝えし、それ以外の食品について、希望する場合に、除去食を基本とした給食での対応を行っています。

給食でのアレルギー対応を希望される際には、「学校生活管理指導表」の提出をお願いしています。来年度の給食対応を希望される方は、「学校生活管理指導表」の用紙をお渡ししますので、担任にお申し出ください。

## 今月の給食から

12 月 1 日（火）、2 日（水） **給食委員が考えた献立 ～和洋給食合戦～**

給食委員会の、献立を考える活動から生まれたメニューです。今月は、6 年 3 組の給食委員が、「和洋給食合戦」というテーマで考えた、2 つの献立を給食に出しました。

1 日目は、和の献立です。献立は、「麦茶、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炒め煮、きのこ鶏のみそバター汁、みかん」でした。牛乳を麦茶に替えたことで、牛乳分のエネルギーやたんぱく質を他の料理で補う必要があります。その結果、普段の給食よりもお肉の量が多く、豪華な給食になりました。この献立には、和食の良さを改めて感じてほしいという、給食委員の願いがこめられていました。



2 日目は、洋の献立で、牛乳、ポロネーゼ、キャベツとベーコンのシャキシャキサラダ、ドライマンゴーでした。苦手な人の多い食材（きのこやセロリ）も、好きな料理に入れたら食べられるのではないかと考えたから提案された献立です。そして、ドライマンゴーを給食に出すのは初めてのことでした。他の学校でもめったに出ないのではないのでしょうか？給食委員の子どもたちの発想で、給食に使う食材の幅が広がっています。

2 日間の給食は、どちらがよかったか、各学級にアンケートをとるそうです。どんな結果になるのでしょうか。ふだんの給食では、あまり出ない料理が登場し、新鮮な給食となりました。

12 月 16 日（水） **福建式チャーハン**



中華料理が得意な調理員さんが考えた料理です。えびやいかなどの具たくさんをあなかけを、パラパラのチャーハンにかけて食べます。

給食時間、チャーハンを作った調理員さんと教室におじゃまして、料理の紹介をしました。料理にこめられた思いを知ることや、作った人の顔が見えることで、料理のとらえ方も変わってくるのではないのでしょうか。

### 給食食材（生鮮食品）の産地

12 月 1 日（火）

じゃがいも・たまねぎ（北海道）

小松菜・にんじん（東京） しめじ（福岡）

さやいんげん（長崎） 舞茸（群馬）

しょうが（高知） みかん（愛媛）

鶏肉（岩手） 豚肉（茨城）

ちりめんじゃこ（熊本）

## 年末年始の「食」との出会いを

冬休みには、年越しそば、お雑煮、おせち、七草粥など、日本の伝統的な「食」によく出会う時期でもあります。これらをただ食べるのではなく、その料理に込められた意味を知るとはとても大切だと考えており、貴重な食育の機会になると思います。お雑煮の具や味つけも、ご家庭によってさまざまで、子どもたちに伝えていきたいものです。機会がありましたら、子どもたちにお話いただきたいと思います。

今年の給食は今日で最後です。また新年に、元気な子どもたちの姿を見られるのを楽しみにしています。