

School Lunch Time

お茶の水女子大学附属小学校
平成 26 年 5 月 22 日
栄養教諭 足立愛美

気持ちの良い天気が続き、校庭からは運動会の練習に励む子どもたちの声が聞こえてきます。疲れの出やすい時期でもありますが、よく動き、よく食べ、よく寝て、元気に過ごしてほしいと思います。

そらまめのさやむき (1 年生)

5 月 9 日 (金) に、1 年生がそらまめのさやむきに挑戦しました。前日に、そらまめの名前の由来について説明しましたが、さやの中がどうなっているのかはさやむきしてからのお楽しみ、と伝えてありました。



さやを開けてみた子どもたち、さやの中の様子やにおいに興奮気味です。中の小さな豆を「そらまめの赤ちゃん」と見せてくれました。当日は、そらまめのほかに、グリーンピース、えだまめ、さやえんどう、さやいんげんも用意しました。さやの内側の様子、大きさを形、数の違いなど、さまざまな気づきがうまれていました。



さやむきしたそらまめは、すぐに給食室で塩ゆでし、当日の給食に出して全校で味わいました。1 年生の教室におじゃますると、「初めて食べられた」「苦い…」「あまみがある」「大人の味がする」などの声をきくことができ、そらまめの苦手な子どもも、それぞれの思いをもって、そらまめに向き合っていたようです。そして、この日は他の学年も (大人でもそらまめの苦手な人もいるというのに)、そらまめをよく食べており、心をこめてさやむきした 1 年生の気持ちが学校全体に伝わったように思えました。

さやむきしたそらまめをその日に食べるという体験ができること、そしてクラスの仲間とその体験の共有ができることが、学校給食の魅力の 1 つであると考えています。

今月の給食から

5 月 1 日 (木)、この日は 5 月 5 日のこどもの日にちなんで献立でした。本校のこどもの日にちなんで献立は「まっすぐに、のびのびと育てほしい」との願いがこめられた、たけのこごはんです。

前日に 2 年生が校外学習で掘ってきた生たけのこを分けてもらい、給食時間に教室に持っていきました。すると、子どもたちは興味津々。初めて目にした児童もいたようです。写真や調理後の姿ではなかなか伝えられないその大きさ、重さに驚く子どもたちの様子から、実物を見せていくことの大切さを感じました。



・・・給食食材の産地・・・

5 月 1 日 (木)

【たけのこごはん 肉だんごのもち米蒸し わんたんスープ 中華風きゅうり】

玉ねぎ (佐賀)	にんにく (青森)	にんじん (徳島)
もやし (群馬)	しょうが (高知)	にら (茨城)
きゅうり (群馬)	長ねぎ (千葉)	鶏卵 (群馬)
豚肉 (茨城)	米 (青森)	

リクエストの多かった 給食のレシピを紹介します

<黒糖サーターアングギー> (1 個分 g)

小麦粉 16	砂糖 4
ベーキングパウダー 0.3	黒砂糖 4
たまご 5.5	牛乳 3.2

1. 小麦粉、ベーキングパウダーを合わせてふるう。
2. 1 にたまご、砂糖、黒糖、牛乳を入れて混ぜる。
3. 手に少し油をつけて生地を丸める。
4. 160℃の油でじっくりと揚げる。(少しふくらんで、チューリップのような割れ目ができたら、上手に揚がっている証拠です)

好きな給食を聞くと、必ず挙がるのがこのメニューです。「作り方を教えてください」とたくさん声をかけられます。