食育だより

令和８年度 11月号

毎月19日は食育の日

発行元 学校給食センター

HP　インスタグラム @sanyo_onoda.kyushoku

朝晩は冷え込むようになりました。子どもたちの体は春には身長が伸び、秋には体重が増えるといわれてます。秋の味覚をたくさん味わってこれからの寒さに備えましょう。

給食センターへ見学に来られました！

10月16日（金）に須恵小学校２年生が社会見学で給食センターに来られました。
児童は、実際使用している調理器具を持つ体験や、給食センターの中を見学しました。
また、調理員さんから給食で使っているエプロンなどの説明を聞きました。調理風景を見学窓から見学し、釜の蓋が開くたびに出る湯気に感動していました。後日お礼のお手紙をいただきました。



調理員さんのお話をしっかり聞いたよ！



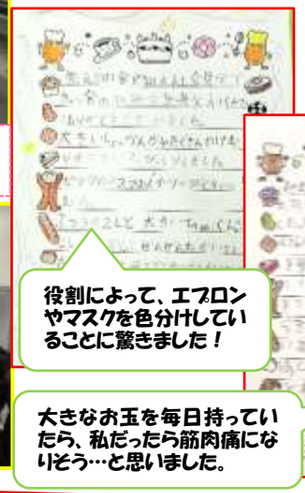
調理員さんはとっても力持ちだね！



給食センターのクイズに挑戦したよ！



お手紙読みました♫



役割によって、エプロンやマスクを色分けしていることに驚きました！

大きなお玉を毎日持っていたら、私だったら筋肉痛になりそう…と思いました。

1月16日 親子食育料理教室を開催します！

テーマ：「楽しく作ってしっかり備える！かんたん防災クッキング」

１月１７日の「防災とボランティアの日」にちなんで開催します。
防災について学んで、非常時にも使える簡単メニューを親子で作ってみませんか？



【日時】１月16日（土）９：00～13：30(受付８：45～)
【参加費】１人５００円(食材料費)
【定員】20人程度
※応募者多数の時は抽選とし、抽選の有無にかかわらず参加の可否は後日郵送で通知いたします。開催３日前までに届かない場合はご連絡ください。
【持参物】エプロン、三角巾、マスク、筆記用具、お茶等水分、上履き(子どものみ)
【申込期間】１１月３０日（月）から１２月２４日（木）まで
【申込方法】右の二次元コードを読み取り、フォームに入力し送信してください。

給食の行事予定 “11月は盛りだくさん～♪”

≪ 11/16(月)から11/20(金)：地場産給食週間 ≫



11/18(水) “梅玉サラダ”が登場！

厚狭明進高等学校が作っている梅玉ドレッシング。今年は高泊小学校でとれた梅を使って、ドレッシングが作られたということで、高泊小学校６年生が考えた給食メニューが登場！

梅玉ドレッシングができるまで



高校生と一緒に梅をとって、きれいな梅を選びました！



高校生と一緒に梅玉ドレッシング完成させました！





高校生の思いと、地域振興を合わせてオリジナルのラベルを作ったよ！

完成したラベル







給食の献立も考えてみたよ！
実際に給食に登場！

11/16(月) ゆずきちあえ

ゆずきちは山口県長門市だけで作られている果物です。カボスやスダチと同じく風味がよいため、和え物の風味付けに使いました。

11/17(火) 県産あじつみれ汁

瀬付きあじのつみれのお汁です。瀬付きあじは萩の近海でとれる真あじのことで、プランクトンやシラスなど質の良い餌を食べているので、脂がのって、身がふっくらしてるのが特徴です。

11/19(木) タッカルビ・県産味つけのり

タッカルビは、韓国の郷土料理で、甘辛い味噌「コチュジャン」で味付けした鶏肉と野菜を、鉄板や大きい鍋で炒めたものです。給食では県産の鶏肉を使いました。ねたろう食育博士がプリントされた県産味付けのりも登場します。

11/20(金) ヤーコン麺スープ

ヤーコンとは南米アンデス高地が原産の根菜で、さつま芋に見た目が似ています。山口県光市は『ヤーコンの町』と呼ばれ、農薬を使わずヤーコンを育て、それをヤーコン麺やジュース、お茶などに加工し日本全国に広めています。

やまぐち郷土料理の日

11月26日（月）

献立：わかめごはん、牛乳、鯨の南蛮煮、豆腐のすまし汁

山口県とゆかりのある「鯨肉」を使った南蛮煮が登場します。

和食の日（北海道味めぐり）

11月24日（火）

献立：ごはん、牛乳、石狩鍋、ごぼうのきんぴら

「和食」の文化は、2013年にユネスコ無形文化遺産へ登録されました。