



発行日：令和 4 年 1 月 11 日
 発行：矢祭町学校給食センター
 栄養技師 菅野 美穂

あけましておめでとうございます

苦手なものにも **トライ** しよう!

あけましておめでとうございます。楽しい冬休みを過ごせましたか？いよいよ学年最後の学期となりました。三学期も、「早寝・早起き・朝ごはん」で元気に過ごしましょう。

さて、今年は「寅年」、栄養士の先生は、毎日こつこつ運動に「トライ」しようと思っています。皆さんはどんな「トライ」の年にしたいですか？苦手な食べ物もひとくち「トライ」できるといいですね。

～あーゆーハッピー？やまっぴー献立の登場～

12月16日（木）に矢祭町の特産「鮎」と「ゆず」を使った献立を提供しました。毎年、矢祭小学校の3年生が久慈川に鮎を放流しており、ゆず農家の見学も行っているため、楽しみにしてくれていた子どもたちもいたようです。

ゆずの皮をむき、千切りにすると、厨房の中はゆずのいい香りが漂いました。鮎を焼き上げると、今度は香ばしい香りが漂い、調理員さんが「矢祭の香りだね～」と言っていました。本当にその通りでした。地元のおいしいもの、自信をもって発信していきたいですね。

当日は「鮎飯、牛乳、鶏肉のピリ辛焼き、ゆずの浅漬け、大根のみそ汁」が提供され、矢祭の味を満喫できました。



～ 給食センターコラム もぐもぐ ～ No.8

「矢祭町の児童生徒は朝食での野菜摂取率と汁物の摂取率が低い」という実態から、今年度、野菜たっぷりの汁物レシピを小中学校の先生方からリクエストいただいて給食で実施していました。

12月には「芋がら」のリクエストをいただき、給食で初めての「芋がら」が登場！

芋がらは、里芋の茎を乾燥させたもので、「ずいき」「いもじ」など地域によって呼び名が変わるそうです。古くから保存食として食べられ、戦国時代には芋がらを味噌で煮て、縄のように縛って戦場に持っていたともいわれています。縄として道具に使ったり、お腹がすいたら、お湯を入れて即席みそ汁にしたりと活用したとか。あっぱれなアイデアですね！



当日は朝早くに厨房に矢祭産の芋がらが納入されましたが、栄養士はその長さにびっくり！！思わず写真を撮ってしまいました。（実家で調理済みの芋がらを食べたことはありましたが、切る前の長い芋がらを見るのは初めてでした。感想は「まさに縄。(笑)」

子どもたちにも食べやすい大きさに切って、給食に提供しました。初めて食べた子や、「お麩だと思った」など様々な感想が出て、楽しく地元の味を知ることができました。

1月24日～30日は「全国学校給食週間」

1月は学校給食週間があります。今まで、郷土食（会津：こづゆなど）や、福島県のB級グルメ（郡山：クリームボックス、会津：ソースかつ丼、浪江：浪江焼きそば）を味わってきましたが、今年は日本を飛び出して、世界に目を向けてみました。題して「世界を旅しよう！」です。

月曜日から、世界各国の料理を味わいます。ご家庭でも「どんな食事がでたのか？どんな味だったの？」と話題にしてみてください。

24	25	26	27	28
学校給食週間 食育を盛りよう！タイ王国 揚げたて サング めだまやき ガバオライス	学校給食週間 食育を盛りよう！中国 ほろもめ サラダ けんこん しゅうまい ごはん ランタンスープ	学校給食週間 食育を盛りよう！アメリカ キャベツサラダ パン クチャップ ボーク&ビーンズ	学校給食週間 食育を盛りよう！パナマ トロフィー フルーツ アロス・コン・ボーロ アヒアコ	学校給食週間 食育を盛りよう！日本 かぶとゆずの あまずぶ汁 さけの しるこ ごっこごはん けんもん汁