しょくいく

食育だより

3月（No. 9）

令和５年３月２４日
吉和小・中学校
吉和学校給食センター

今年度も本校の食育推進にご理解ご協力をいただきありがとうございます。来年度もどうぞよろしくお願いいたします。

「ありがとう」の気持ちをこめて

３月２日（木）給食時間にリモート配信で「ありがとう給食会」を行いました。

生活保健委員会が司会進行を行い、調理員さんにインタビューをして、給食作りについて伺いました。また、全校児童生徒が書いた調理員さんへの感謝のお手紙を生活保健委員長が代表して渡しました。

給食は、給食を作ってくださる調理員さんをはじめ、食材の生産者の方、食材を届けてくださる業者の方、配膳をする給食当番、さまざまな人に関わっていただくことで支えられています。

自分たちの食を支えてくれている人々へ「ありがとう」の気持ちを持つことをこれからも大切にしてほしいと思います。

給食メニュー紹介　3月の献立より

「パインのサイダー寒」

材料（4人分）

粉寒天	1.2g
水	110ml
上白糖	18g
サイダー	80ml
パイン缶詰	お好みで

作り方

①鍋に上白糖、水、粉寒天を混ぜ、しっかり加熱する。
（粉寒天を煮溶かす。）
②①の液を 60℃くらいまで冷まして粗熱をとり、静かにサイダーを注ぎ入れて混ぜる。（炭酸が抜けないように気を付ける。）
ゼリー液をゼリーカップに入れる。
パイン缶詰を入れる。冷蔵庫で冷やし固める。
③固まったら、パイン缶詰をゼリーの上に盛りつける。

≪寒天・ゼラチンの豆知識≫

寒天は海藻が原料です。凝固力が強く常温でも固まりますが、食感は硬めになります。ゼラチンは動物性のコラーゲンが原料です。なめらかで口溶けがよいですが、固まる温度が低いため、冷蔵庫で冷やし固める必要があります。特徴を知って、使い分けるとよいですね！

給食　地場産物活用状況

広島県産食材をたくさん取り入れました！

今年度も、たくさんの地場産物を給食に取り入れることができました。地域の皆さんのご協力により、吉和小中学校の「食」を支えていただきありがとうございます。

これからも吉和の食材を積極的に取り入れ、地産地消の良さについて児童生徒に伝えていきたいと思います。

令和４年度　給食食材の地場産物活用率
（４月～１月現在）

国産	74.9%	県内産	35.8%
廿日市産	17.9%	吉和産	5.2%

令和4年度　給食に使用した吉和産の食べ物

・吉和米・ミルキークイーン・もち・あまご・たまねぎ・じゃがいも
・さつまいも・ほうれんそう・大根・小松菜・かぶ・かぼちゃ・トマト・なす
・ピーマン・キャベツ・にんにく・はくさい・とうがん・あわび茸の新芽
・まいたけ・大豆・味噌・いちご・ブルーベリー・ルバーブジャム　など

いつもありがとうございます！！

特に今年は給食に広島県産食材を多く取り入れました。給食を通して吉和、廿日市市、広島県の食べ物を知り、地域の特色や良さを実感してもらえればと思っています。

←廿日市市産のニジマスのから揚げ

①広島県産真鯛

１０月１２日（水）に、広島県大竹市で大切に育てられた真鯛を給食に取り入れました。これは広島県の推進事業によるものです。

当日には真鯛の養殖の様子や、生産者の方のメッセージ等の動画を視聴し、おいしくいただきました。

大竹市阿多田島産真鯛の塩焼き

②広島和牛

本校独自の取組として、給食に広島和牛を取り入れました。１１月１４日（月）は「広島和牛のすき焼き煮」、２月２１日（火）「広島和牛のサイコロステーキ」に調理しました。広島和牛のおいしさを味わいました！

広島和牛すき焼き煮

広島和牛のサイコロステーキ