



いただきます!

令和6年1月9日
小平市立小平第十三小学校
栄養士 古田 香織

5年生・おせち料理「わけあって入っています」



12月19日(火)20日(水)に、5年生各クラスで食育の授業を行いました。道徳の「おせち料理」の学習に関連させ、「わけあって入っています」という授業を実施しました。

はじめに、おせち料理のいわれについて学習しました。10種類の料理について、どのようないわれがあるのか考えました。「えびは背中が曲がっているから…」「れんこんは穴が開いているから…」など想像を膨らませ、おせち料理と由来を結び付けていました。

次に、教材を使って「ミニおせち料理」を作りました。ミニおせち作りは真剣そのもの! 時間内に完成させたくて、一生懸命作っていました。

折り紙で「ミニおせち料理」を作成。



リザーブセレクト給食を実施しました

12月22日(金)に、「リザーブセレクト給食」を実施しました。あらかじめ好きな料理を選んで予約する給食です。今回は飲み物(発酵乳ストロベリー味・オレンジジュース)を選択しました。リザーブ給食の調査は、クロームブックを活用しました。



国産食材を使った給食

12月12日(火)に、「国産食材給食」を実施しました。国産の米粉を使った「米粉パン」のほか、野菜や肉、豆腐など全て食材が国産です(一部の調味料類を除く)。「米粉パン」の購入費用の一部は東京都の事業で補填されます。給食ではいつも国産食材を積極的に使用しています。米、肉、野菜、大豆、果物など、全て国産です。当日の給食時間に meet (リモート) で放送を行いました。食料自給率や国産食材の良さなどについて伝えました。



5年生・出前授業「和食とは何か？だしとは何か？」

プロがだしを引く姿に魅了されました。

12月4日(月)に5年生各クラスで、「和食とは何か？だしとは何か？」という出前授業を行いました。講師は蕎麦割烹を営む和食料理人の倉田先生です。はじめに和食についてお話を伺いました。和食の種類、行事食、郷土料理などについて教えていただきました。次に、倉田先生がだし引きの実演をしました。昆布を煮出したところへかつお節を加え、わずか30秒で濾したら一番だしの完成です。家庭科室はだしの香りに包まれ、「う～ん、いい香り！」と幸せそうな子どもたち。味見すると、香りが高く、体の中にスーッと入っていくおいしいおだしでした。だしを通して「日本人であること」を実感しました。プロの料理人の技に触れ、和食やだしについて学ぶことができました。



小平冬野菜煮だんご



小平市では、地場産農産物を積極的に使用しています。12月14日(木)は「小平冬野菜煮だんごの日」として、小平産野菜や地粉を使った「小平冬野菜煮だんご」を市内の公立小中学校統一メニューとして実施しました。生産者の顔が見える、採れたてで新鮮な農産物を使うことができるのは、幸せなことですね。

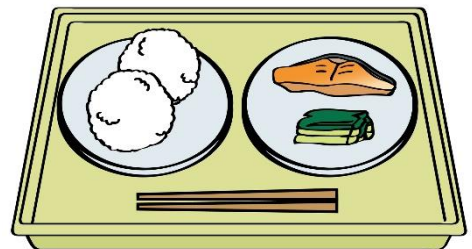


「煮だんご」は小平の郷土料理です。

1月24日～30日は「全国学校給食週間」です！

学校給食は明治22年に始まり全国各地に広まりましたが、戦争の影響などによって中断されました。戦後、食糧難による栄養状態の悪化を背景に学校給食の再開を求める声が高まるようになり、昭和22年1月から学校給食が再開されました。「全国学校給食週間」は、戦後に学校給食が再開されたことを記念して定められたもので、学校給食の意義や役割について理解を深め、関心を高めることを目的としています。

明治22年、山形県鶴岡町の私立忠愛小学校で学校給食が始まりました。当時の給食
「おにぎり、塩鮭、菜の漬物」



十三小では、学校給食週間に、先生方の「思い出の給食メニュー」を実施します。裏面の献立表に、メニューと推薦した先生方の名前が書いてあります。