食育だより

11月24日は「和食の日」

令和8年11月
船橋市立飯山満小学校

11月の船橋産食材：小松菜・大根・キャベツ・米・コノシロ

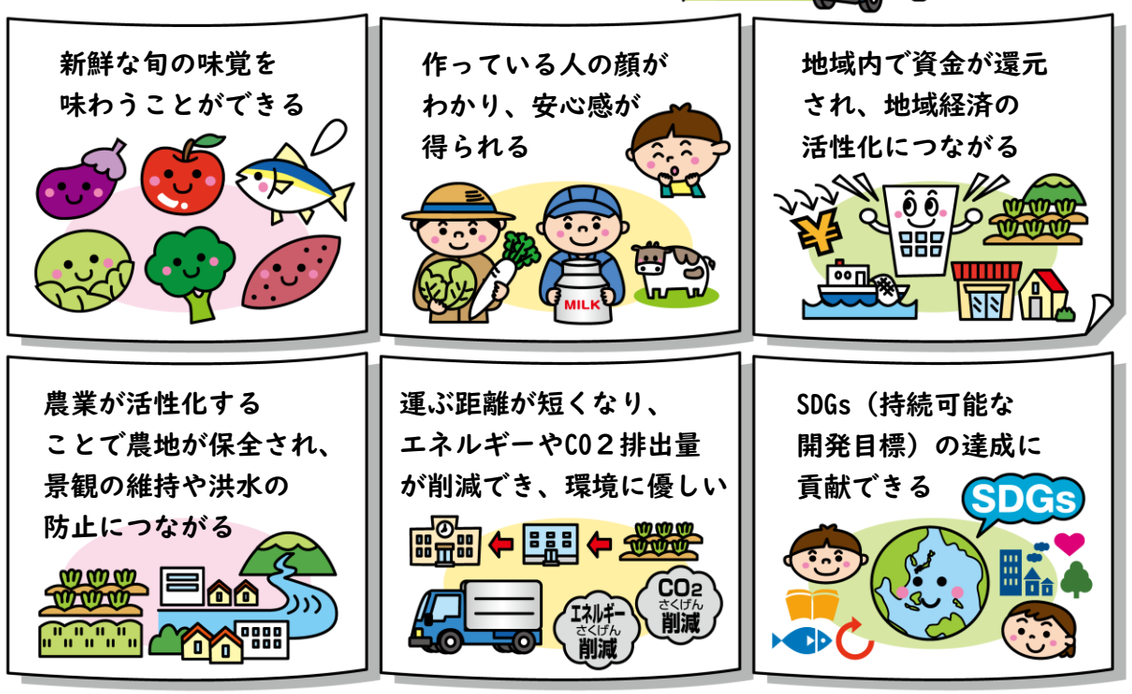
秋も深まり、肌寒い日が増えました。11 月は、「いい歯の日」「新嘗祭(にいなめさい)」「和食の日」などがあります。また、図書委員会企画の「おはなし給食」として、本とコラボレーションした給食を多く取り入れました。本校では、１０月初旬から新米を使用しています。和食を通してお米を味わい、日本人の伝統的な食文化に魅力を感じる機会にしていければと思います。

今月の目標：千葉県の食べ物を知ろう!

令和４年３月に策定された「第４次千葉県食育推進計画」では、SDGｓの観点から輸送時のCO_2排出抑制等、環境負荷の低減のためにも、学校給食における地場産物の活用を推進することが明記されています。地産地消は、地域活性化や持続可能な食の実現にもつながります。

地産地消の良さとは？





千葉県では、千葉の「千」を使って「千産千消」としています。千葉県教育委員会では、学校給食において地場産物の活用や郷土料理などの地域の食文化等への理解を促進するため、「千産千消デー」を設定し、その推進を図っています。

本校でも、11/24(火)を「千産千消デー」とし、金額ベースで 70%以上の地場産物を使えるよう配慮した献立を作成しました。当日使用予定の千葉県内産食材は、以下の通りです。

米、納豆、コノシロ、豆腐、小松菜、ねぎ、人参、豚肉、牛乳

「千産千消デー」は、11/24 の和食の日とも関連させ、船橋産のコシヒカリやコノシロも使用した献立としています。コノシロは、成長するごとに呼び名が変わる出世魚で、関東ではシンコ→コハダ→ナカズミ→コノシロと呼ばれています。写真は、給食に取り入れた「コノシロバーグ」を、自宅で試作した時のものです。冷めてもおいしく、お弁当に入れてもおいしいと思いました。コノシロでなくても、他の魚のすり身でもおいしいと思いますので、ぜひご家庭でも作ってみてください。

★コノシロバーグ★

材　料	4個分
コノシロすり身	240ｇ
豚ひき肉	150ｇ
ねぎ	120ｇ
しょうが	少々
みそ	40ｇ(大さじ２強)
さとう	16ｇ(大さじ２弱)
酒	8ｇ(大さじ 1/2)
大葉	１枚
サラダ油	適量

作り方

①ねぎはみじん切り、しょうがはすりおろし、大葉は千切りにする。
②全ての材料を混ぜ合わせ、小判型にする。
③フライパンに油を引き、中心まで火が通るよう、色よく焼く。



5年生　社会「これからの食料生産とわたしたち」

５年生は、社会で食料生産の課題や食の安全性、食料自給率について学習をすすめています。給食で行っている、日本の食料生産の課題に対する対策や、食の安心・安全への取り組みについて、栄養教諭から紹介しました。給食が身近な教材となり、学習を深めることにつながるといいなと思います。

きゅう食室で取り組んでいること

地産地消
その地域で生産されたものを、その地域のなかで消費すること

パンの耳をすてずに使う



今日はいつもは捨ててしまっている、だしをとったあとの「かつお節」と「昆布」を捨てずに再利用♻

知りたい給食レシピを募集します！

「美味しかったと言っていた、あのメニューのレシピが知りたい！」「献立表に載っていたあのメニューを家で作ってみたい！」というレシピを募集します。

知りたいレシピがある方は、右の QR コードからご回答ください。その際、知りたい理由も、ぜひ入力をお願いします。レシピ掲載の際、知りたい理由についても記載させていただく場合があること、全てのリクエストにお応えできる訳ではないことについて、ご了承の上リクエストをお願いします。