

# 地域とあゆむ学校給食

## 小松島小学校の紹介

1月19日(金)

仙台市教育委員会

※お持ち帰りいただき、ゆっくりお読みください。

### 献立名

麦ごはん

宮城県産味付けのり

牛乳

さばのトウバンジャン焼き

つぼみ菜と茎わかめのおひたし

おくずかけ 果物



### 「食育の日」とは

食育基本法に基づき、平成18年に「食育推進基本計画」が作成され、1年を通じて継続的な食育推進活動を展開するため、毎月19日は「食育の日」として制定されました。各学校では、毎月19日の食育の日に合わせて特色のある献立を提供しています。

小松島小学校は、青葉区・宮城野区・泉区の境目にある学校です。最寄りの JR 東照宮駅から仙台駅まで5分ほどで到着するという交通アクセスの利便性が高い場所にあり、東北医科薬科大学、仙台児童相談所や営林署など文教、福祉、行政機関が点在し、商業も多様な土地柄です。仙台東照宮も近くに 있습니다。来年度、開校70周年を迎えます。

小松島小は4つの「き」のある学校を目標にしている学校です。

- ・「気」 気持ちの良い挨拶が飛び交う学校
- ・「希」 夢と希望を見つけることができる学校
- ・「輝」 一人一人が輝く学校
- ・「揮」 自分の力を発揮することができる学校

給食は校内で調理する単独調理校です。年間を通して、地場産物を活用し、各地の郷土料理や季節の年中行事や学校の行事に合わせた献立や国際料理を取り入れています。毎日の食に関するお便りやクイズで食に関する知識・関心を高めています。

給食週間には、給食室や食材の納入業者さんへの手紙、食育カルタや標語、絵の作成、給食委員会による食に関するいろいろな発表などを実施しています。



### 本日の献立について

宮城県はいろいろなおいしい食材があります。宮城のおいしい物を集めました。「**金華さばのトウバンジャン焼き**」・・・宮城は「金華さば」が有名です。「金華さば」は金華山沖で漁獲され、石巻港に水揚げされた大型の真さばのことです。

「**あじつけのり**」・・・宮城県、実は海苔の養殖量が全国5位です。

「**つぼみ菜と茎わかめのおひたし**」・・・つぼみ菜は宮城県では12月から春までが旬です。宮城県全土で作られていますが、三陸つぼみ菜が代表的な品種です。茎に甘みがあり、アクも少なく、おひたし以外に炒め物、汁物にもよく合います。

「**おくずかけ**」・・・数種類の野菜や豆腐、油揚げ、豆麩などをだし汁で煮込み、白石温麵を加えてとろみをつけた、貝だくさんの汁物です。春秋の彼岸や、お盆の時期等に供される代表的な郷土料理です。

給食を通して、食への関心を深めてもらえるように工夫しています。



### ☆☆作ってみませんか？給食メニュー☆☆

#### つぼみ菜と茎わかめのおひたし

【材料4人分】

三陸つぼみ菜	100g
もやし	50g
ホールコーン缶	30g
生わかめ又は茎わかめ	20g
こいくちしょうゆ	11g
いりごま(白)	2.5g

【作りかた】

- ① つぼみ菜は約3cm幅に切る。わかめも約3cmに切る。
- ② つぼみ菜ともやしとわかめをそれぞれ茹でて冷やしておく。
- ③ ②とホールコーン缶を合わせて、しょうゆで味をつけ、ごまをふる。

※材料の分量は、小学校の4人分です。ご家庭の人数に合わせてご使用ください。

