

給食だより

平成27年 2月16日
福島市杉妻小学校

早いもので今年度もあと2ヶ月です。今の学年で給食を食べる日もわずかです。残りの1日1日を大切に、「早寝・早起き・朝ごはん」で生活リズムを整え、元気に過ごしましょう。



「学校給食週間」を実施しました

1月24日～30日の学校給食週間は、学校給食の大切さを考える週間です。私たちは、自然の恵みとともに、動植物をいただき、生産者や料理を作る人などの苦労や努力のおかげで食事ができます。給食に感謝の心を持ち、よく味わい、最後の一粒まで大切に食べる心を大切にしていきたいと思います。

今年の学校給食週間は・・・

学校給食週間献立（給食が始まったころの献立）、県北地方の郷土料理（引き菜もち、いかにんじん）を食べました。

ご家庭でも、お子さんと給食について話をする機会を持たれてはいかがでしょうか。



～発芽玄米ごはん(おにぎりのり、梅干し)、

牛乳、鮭の塩焼き、いかにんじん、青菜のみそ汁、を食べました～



おにぎり用の
のりで、鮭おに
ぎりを作ったよ。

玄米ごはんって
黄色いんだね。



おすまむ

引き菜もち

【材料】(分量) 4人分

- ・ぶたひきにく 20g
- ・だいこん 160g
- ・にんじん 20g
- ・せり 12g
- ・油あげ 8g
- ・凍み豆腐 8g
- ・もち 4ヶ
- ・サラダ油 4g
- ・しょうゆ 20g
- ・みりん 4g
- ・七味唐辛子 少々
- ・水 100g

●大根には消化を助ける働きがあり、もちと一緒に食べると胸やけしないので、棟焼けとかけて「家が火事にならないように」という願いを込めて、食べられてきた郷土料理です。

1月の献立より ～お家でも作ってみませんか～

県北地方の郷土料理

【作り方】

- ① だいこんとにんじんは洗って皮をむき、食べやすい長さのせん切りにする。
- ② せりも洗って1～2cmの長さに切る。
- ③ 凍み豆腐は、ぬるま湯で戻してせん切りにする。
- ④ 油あげは、油抜きをしてせん切りにする。
- ⑤ ぶたひきにくを油で炒める。にくの色が変わったら、①を加えて炒める。
- ⑥ 全体に油が回ったら、水を加えて煮る。だいこんとにんじんが柔らかくなったら、③と④を加え、調味量で味付けをする。
- ⑦ 最後にもちとせりを入れ、まぜあわせる。
※固いもちを使用する場合は、柔らかくしてから加えて下さい。

お知らせ

毎日食材、給食まると検査の放射性物質検査を行っていますが、セシウム134、137は検出下限値(10ベクレル/kg)未満です。

詳しくは福島市役所ホームページに掲載されていますので、ご覧下さい。

ノロウイルスに注意!



冬に流行するノロウイルスによる食中毒や感染症。感染すると、吐き気や嘔吐、腹痛、下痢を起します。ノロウイルスは非常に感染力が強く、お年寄りや小さいお子さんでは重症化することがあるので、感染を拡大させないために、予防対策をしっかりと行うことが大切です。

感染を防ぐには...

- ① 調理や食事の前、トイレの後には必ず手を洗う。
- ② カキなどの二枚貝は中心部まで加熱する(85～90℃で90秒以上)。
- ③ 感染者の嘔吐物などを処理する際は、使い捨ての手袋・マスク・エプロンを着用し、汚染された物や場所は塩素消毒する。





お知らせ

①献立表の訂正について

11/28(水)の献立表に、牛乳○の記載がありませんが、普段通り牛乳が付きまます。栄養価には牛乳が含まれていますので、ご了承下さい。

②福島市学校給食まるごと検査事業である、10月の食材サンプル測定において、ヨウ素、セシウム134、137は検出下限値(10ベクレル/kg)以下でした。

③福島県学校給食モニタリング事業が11/5(月)に行われました。ゲルマニウム半導体を用いた測定が行われ、セシウム134、137は検出下限値(1ベクレル/kg)以下でした。詳しくは福島市役所ホームページに掲載されていますので、ご覧下さい。