



日中は太陽の日差しが強くなり、暖かい日が少しずつ増えてきました。給食センター裏にある桜も春本番を前にうれしそうです。今の学年で過ごす日々もあとわずかです。できたこと、もう少しがんばりたかったことなど、この1年間をふりかえり、新しい学年や学校に向けた準備をしていきましょう。

給食だったら食べられる!

「給食だったら食べられる!」。こんなふうに話してくれる人がいます。とてもうれしいです。給食は調理員さんが作ります。大きななべで一度にたくさん作るので、食材のうま味やおいしさがさらによく出て、味わいが深まることもあります。

でも、もしも、給食をおうちで食べたとして学校のように食べられるでしょうか? 「家だと、そんなには食べられないかな」そう思う人もきっといるでしょう。人ができることには、大きく2つあるといわれます。

- ①自分の力でできること
- ②仲間や先生と一緒に取り組むことでできること



この2つのうち、より強い力を発揮するのは、②ではないかと思えます。またみんなで取り組むことで、①もたくさん増えていきます。「給食だったら食べられる」。これは学校で人と関わり合いながら食べているせいかもしれませんね。新型コロナのために、この2年間は給食を食べるとき、おしゃべりをがまんしてきました。みんなで協力し合ったから、きまりを守れたのですね。協力してきまりを守ってくれて本当にありがとう。

☆納豆あえ☆ 材料【4人分】

- ひきわり納豆・・・2パック
- にんじん・・・1/5本(千切り)
- キャベツ・・・1枚(細切り)
- 小松菜・・・1/2束(2cm)
- たくあん・・・25g(千切り)
- しょうゆ・・・小さじ1弱
- 白ごま・・・小さじ2

- ① 野菜を熱湯でさっと下ゆでし、水にとり、水気をしぼる。
 - ② 器にひきわり納豆とたくあん、しょうゆを入れてよく混ぜる。
 - ③ ②に絞った野菜とごまを入れてあえる。
- ※冷蔵庫にある野菜でアレンジできます。野菜が苦手な人も食べやすく、4年生のリクエスト給食でも選ばれました～!

まちのみなさんの支えがあって



問題です。給食には材料のほかに、煮たり冷蔵庫を動かすためのガスや電気代、また壊れた機械や道具を直すための修理代がかかります。このお金は誰が支払っているのでしょうか?

- ① 校長先生
- ② 保護者の方
- ③ 住んでいるまちのみなさん

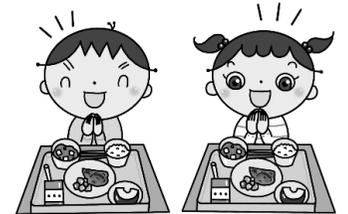


正解は「③住んでいるまちのみなさん」です。給食の材料費、調理にかかわる光熱費や機具の修理代、調理員さんたちへのお給料などは、じつはみなさんが住んでいるまちのみなさんから集めた税金から支払われています。

それはみなさんが栄養のバランスのとれたおいしい給食を食べて、学校で勉強やさまざまな活動をしなが、元気にかけこく、そして優しく育てられることが、まちを元気に、そして豊かにしてくれるからです。そして将来、みなさんが大人になったときに、同じようにまちの子どもたちやみんなを支えてくれるようにという願いも込められています。



今年度の給食は今月で終わります。給食室はまた新しい年に向けて準備を始めます。いつも給食を楽しみにしてくれる人がいると思うと、私たちが強い力が出てきてがんばれます。今の学年での最後の給食をぜひよく味わって食べてください。



子供たちに人気の一品です。季節によってじゃがいもやれんこんなど旬の野菜でアレンジしてください。

野菜チップス

材料

- さつまいも・・・1/2本(輪切り)
- かぼちゃ・・・60g(いちょう切り)
- ごぼう・・・1/4本(斜め切り)
- 米粉・・・適量
- あけ油・・・適量

作り方

- ① 野菜は2mm程度の薄切りにし、さつまいもとごぼうは別々に5分水にさらし、水気を切る。
- ② かぼちゃ、さつまいもを別々に160℃程度の油で、少量ずつじっくりと揚げカリッとさせる。
- ③ 最後に水気をふいたごぼうに米粉をまぶして揚げる。
- ④ 冷めたら混ぜる。

さつまいもやかぼちゃは、スライサーを使うと手軽に薄く切れます!