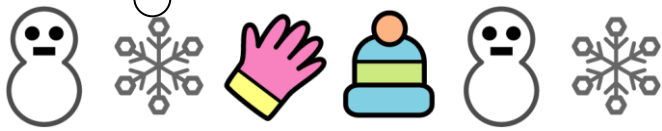


学校給食だより

<江田島学校給食共同調理場>



年が明け、はやくもひと月がたちました。2月は節分、立春、と暦の上では春ですが、寒い時期が続きます。食事の栄養バランスに気をつけ、生活リズムを整え、十分に睡眠をとるようにしましょう。

えたじまん食育レシピ 2万食プロジェクト

江田島市では、食育の推進を図るために、「えたじまん食育レシピ」2万食プロジェクトを行います。

★「えたじまん食育レシピ」2万食プロジェクトとは？

江田島の「食」を活かした「えたじまん食育レシピ」を江田島市内で募集し、レシピを食育専門委員会で選考しました。選ばれた料理を市民みんなが食べて、2万食達成を目指します。

昨年は「1万食プロジェクト」を実施しました。市内の学校、病院、施設、また、お家で食べた数を報告してもらい、1万食を達成しました。今年は昨年より1万食多い、**2万食**を目指します。

★プロジェクトの目指す姿

- 江田島の食を味わうことで、「食」に関する理解や知識を高めます。
- 江田島の「食」について知り、故郷に対する愛着や誇りを育てます。
- 地域、園、学校、事業所、行政などが連携して、食育を推進します。

みなさんにおねがいです！

レシピは別配付のリーフレットにあります。ぜひ家庭などで作り、「食べた」ということを学校に報告してください。よろしくおねがいします。

えたじまん食育レシピ

黒鯛フレークのいろいろごはん



手作り黒鯛のフレークはとて香ばしく、お弁当にも使えます！

黒鯛のピカタえたじま彩りソース



オリーブオイルとレモンを使った彩りソースを、黒鯛のピカタにかけたおしゃれな一品！

えたじまみ〜つけたもぶりごはん



江田島で作られた食材、なにが入っているだろう？とわくわくするごはんです。

イワシのマリネ



コイワシは唐揚げでもおいしいですが、マリネにすると、野菜もとれるおいしい料理に！

野菜のマヨっぺ



いつものマヨネーズのサラダにちりめんとう塩昆布が入るとさらにおいしいサラダに！

じゃこ・ごま・大根のオリーブ炒め



大根を皮ごと使った、簡単メニュー。ちりめんとごま、オリーブ油の風味が絶妙！

～1月の給食メッセージより～

- 9日(火) お正月らしい給食でとてもおいしかったです。これからも季節にあった料理を待っています。江田島小5-1
- 12日(金) 今日はわたしの大好物だらけでした。また作ってください。おなかをすかせて待っています。江田島小3-1
- 15日(月) ハヤシライスとてもおいしかったです。私たちは受験生なので、バランスのよい食事や、手洗いうがいや感染症にかからないようにしたいです。江田島中3-2
- 18日(水) ししゃものたまごがぷちぷちしておいしかったです。江田島小1-2
- 24日(水) 大豆うどんの大豆がたくさんあってうれしかったです。冷えた体に温かくて、おいしいしるがしみこみました。江田島中2-2
- 25日(木) 肉じゃがのじゃがいもがほかほかしておいしかったです。いりこみそがほちほちしておいしかったです。柿浦小1・2年