

学校給食だより

平成30年度
10月号
＜江田島学校給食共同調理場＞

今年もやります！

ひろしま給食 100万食プロジェクト

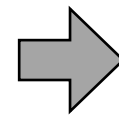


平成25年度からはじまった「ひろしま給食100万食プロジェクト」も今年で6年目となりました。このプロジェクトは、広島ならではの給食メニューの開発や県内一斉実施などとおして、学校・家庭・地域が一体となった食育を推進することで、栄養バランスのとれた食事をするなど望ましい食生活を実践する力を育成することを目的としています。

広島県の学校
で食べる給食の数
20万食

+

家で作って
みんなで食べる数
80万食

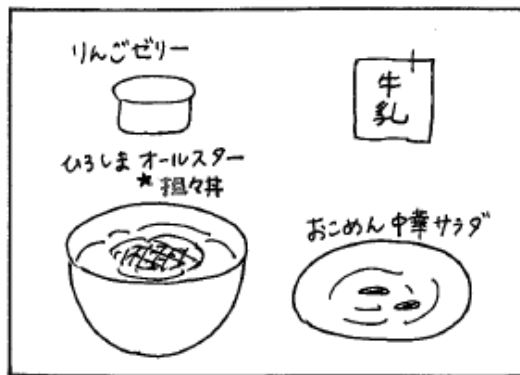


おいしく食べる
100万食

10月14～20日は「ひろしま食育ウィーク」です！

江田島市では、10月16日に「ひろしま給食」統一メニューを実施します。お楽しみに！！

広島県産りんごゼリー



牛乳



ひろしまオールスター★担々丼

今年度の最優秀レシピ賞！

広島食材を使った

栄養満点のスーパーどんぶりです。

おこめん中華サラダ

広島県産の米粉めんを使って
中華サラダに仕上げました。

お家でもおいしくいただきます！ ひろしまオールスター★担々丼

材料 (4人分)

米	2合
豚ひき肉	200g
にんにく	1g (みじん切り)
しょうが	1.5g (みじん切り)
にんじん	中1/4本 (粗みじん切り)
エリンギ	1.5本 (小さめのココロコ)
広島菜漬	80g (細かく切る)
ちりめんじゃこ	20g, ホールコーン 60g
ごま油	小さじ2, すりごま 30g, レモン果汁 少々,
A	鶏ガラスープ(粉) 小さじ1/2, mirin 大さじ1, みそ 小さじ1と1/2,
	さとう 小さじ2, 豆板醤 少々, かきしょうゆ 小さじ1/2, 酒 小さじ1

作り方

- ① なべにごま油, にんにく, しょうがを入れ, 豚ひき肉を入れて炒める。
- ② にんじん, エリンギを入れてよく炒める。広島菜漬, ちりめんじゃこ, ホールコーンを入れて炒める。
- ③ Aの調味料をあらかじめ混ぜ合わせて味をつける。
(※この時, 水分が少ないようなら水(10~20ml/人)を加えて調節する。)
- ④ すりごまを入れる。
- ⑤ 火を止め, レモン果汁を加える。

★ 毎年, 5つの「ひろしま給食メニュー」が誕生しています！ぜひお家でも作ってみてくださいね。レシピは, 家庭配布のチラシや広島県教育委員会HPをご覧ください。

給食メッセージ から

- 9/3 きゅうしょくせんたーのみなさんへ。とてもおいしかったです。げんきさらだをたべるととてもちからがわいてきました。いつもおいしいきゅうしょくありがとうございます。
江田島小1-1
- 9/12 ツナマゲテいすごくおいしかったです。今日みたいな給食は本当に楽しみになるのでまたお願いします。大柿中2-1
- 9/13 とってもおいしくていつもたべたいようなおいしさでおいしかったです。切串小1-1
- 9/20 ちりめんが入っていておいしかったです。ちりめんが苦手な子どもマヨネーズ味で食べやすかったと思います。柿浦小6年
- 9/25 いつも給食を作ってくださいありがとうございます。季節や行事に合ったもので, 学びながら食べることができるので, とても楽しみにしています。これからも頑張ってください。
江田島中2-1