

# 学校給食だより

平成30年度  
2月号  
〈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。風邪やインフルエンザにかかりやすい時期なので、栄養バランスのとれた食事や手洗いうがい、十分な睡眠を心がけた体調管理をしましょう。

江田島市の人口の数です

## えたじまん食育レシピ 2万4千食プロジェクト

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」2万4千食プロジェクトを行います。

### ★「えたじまん食育レシピ」2万4千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、2万4千食達成を目指します。



レシピは別配付のリーフレットにあります。ぜひご家庭で、晩ごはんの一品に作ってみてください！

## えたじまん食育レシピ

### 👑 最優秀賞 「さっぱり梅きゅう」



わさびやレモン汁、ごまを使うことで減塩に！  
隠し味のわさびがやみつきになる一品です。

### 👑 佳作 「牡蠣チャウダー」



寒い冬に食べたくなる体が温まる一品です。牡蠣は酒蒸しをすることでくさみがきえます！

### 👑 優秀賞 「牡蠣と野菜のオイスター炒め」



牡蠣とオイスターソースがあわないわけない！  
野菜もしっかりとれる主菜になる一品です。

### 👑 佳作 「しっかり噛んでね！あまからかぼちゃ」



手早く！簡単に！作れるメニュー  
柔らかいかぼちゃにカリカリのちりめんが  
いいアクセントになります。

### 👑 オリーブ賞 「オリーブオイル漬け牡蠣」



オリーブオイルをつかった、イタリアンな一品。  
外はカリッと、中はプリとした牡蠣がたまりません。

「作って食べたよ！」という方は、学校へ報告してください。  
よろしくおねがいします！



## ～1月の給食メッセージより～

1月7日～11日はお正月に関する食材やメニューを、1月24日～30日は広島県に関する料理をとり入れました。また、1月は、キャベツやお酒など、江田島で作られた食べものを使用しました。

- 1/8 くわいのからあげは、はじめてたべたけど、まるいところはいもみたいで、めのところがごぼうのてんぷらみたいでおかわりしました。ただしてください。切串小1年
- 1/10 ぶりのかわがおいしかったです。なますをはじめてたべました。しるものにだんごがはいっているのがはじめてしりました。またこうはくなますがたべたいです。江田島小1-2
- 1/11 毎回金曜日は僕の好きな給食が出てくるのでうれしいです。僕達が1年を無事に過ごせるように、クリーム煮の中にかぶを入れてくれて、ありがとうございます。大柿中3年
- 1/15 小松さんの愛あふれるビーフンサラダのキャベツを食べてみて、とてもおいしかったです。普段何気なく食べているものでも、作っている人の愛がこもっているのだと実感することができました。ありがとうございます。江田島中3-1
- 1/17 たらふらいがおいしかったです。おいしすぎて、やすみの日もたべたくなってきます。2019ねんごはんをつくって  
くれてありがとうございます。江田島小1-1
- 1/24 お酒でもアルコールがぬけていたので、とてもおいしかったです。江田島のお酒があることにびっくりしました。柿浦小