

# 学校給食だより

平成30年度

2月号

〈西能美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、寒い季節が続きます。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」



寒い冬に食べたい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うけなない！  
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～

1/8 ハヤシライスのお味があまったら、みんなおかわりをしていたので、人気があるなと思いました。

いつもおいしい給食を作ってください、ありがとうございます！

【三高小6年】

1/11 いつもこんだてをかながえてくれたり、つくってくれてありがとうございます。

【鹿川小3年】

1/15 チーズサラダのチーズはあまり好きじゃなかったけど、きゅうしよくをたべたらたべれるようになりました。

【大古小1年】

1月24日～30日の「全国学校給食週間」にあわせ、江田島市・広島県で生産された食材や広島県の郷土料理を取り入れました。

1/24 あらためて地元のお味をいただいたのでよかったです。

【三高中2年】

1/25 むかしは給食がなかったと聞いて、いまの給食がありがたく感じました。

【中町小5年】

1/29 初めてワニフライを食べましたが、想像していたよりとてもおいしかったです。また食べたいです。

【能美中2-1】