

【給食指導】責任を持って当番活動をしよう【食に関する指導】栄養バランスのとれた食事をしよう

【指導内容】(給食指導)給食当番 身支度 仕事の分担 (食に関する指導)6つの基礎食品群 栄養所要量 成長曲線

【身につけさせたい資質・能力】

(給食指導)・中学校の当番の仕方を理解し、協力し自主的に準備を行うことができる ・手際よく準備を行い、十分な食事時間を確保することができる

(食に関する指導)・6つの基礎食品群について理解し、多く含まれている栄養や食品がわかる ・自分に必要な栄養量やバランスを考え、健康を意識した食事を実践できる



Table with columns: 日付曜日, 献立名, 牛乳, 1群 (主にたんぱく質), 2群 (主に無機質), 3群 (主にカロテン), 4群 (主にビタミンC), 5群 (主に炭水化物), 6群 (主に脂質). Rows list daily menus from 7/7 to 4/28.

※地場産物 (小郡市三井郡でとれる食材) を太字で示しています。給食で使用する予定です。

※入荷の都合により献立および材料の一部を変更することがあります。
★19日は食育の日。(家庭や学校で食べ物や食について考える日です。)

福岡県の郷土料理「筑前煮」



今月の食育の日献立は福岡県の郷土料理「筑前煮」です。

昔、福岡県北部を「筑前の国」と言っていたことから筑前煮とよばれます。正月やお祭り、結婚式などのお祝い事の時によく作られます。「筑前煮」は「がめ煮」とも呼ばれ、博多弁で寄せ集めるという意味の「がめくり込む」という言葉からつけられたという説と、具材であった「すっぱん」を博多弁で「がめ」ということからつけられたという説があります。

食べ物クイズ♪「がめ煮」に入れる筍ですが、1日でどのくらい伸びるでしょう？
①5cm ②30cm ③120cm



福岡県では1年で約4000トン生産されています。

正解は…120cmです。筍は60ほどの節からできています。1日で120cmほど伸びることもあります。1旬(じゅん)(10日)で竹になるとされ、「筍」の漢字も生まれました。筍は、春が旬の食べ物で、福岡県の筍の生産量は日本一です。給食では、筑前煮や若竹汁に筍を使っています。旬の味わいを楽しんでください。



4月21日は「ものがたりレシピ給食」を実施します。

4月23日は「子ども読書の日」です！



小郡市では毎年4月23日の「子ども読書の日」に合わせて、物語の中の料理(ものがたりレシピ)を給食に取り入れています。

今年の給食では、4月21日に絵本「じゃがいもポテトくん」より、「フライドジャーマンポテト」が登場します。

(作・絵 長谷川 義史 出版: 小学館)

八百屋さんで売っているじゃがいものじゃーむすくんたちは、みんな北の国からきた家族です。店先で仲良く並んでいますが、次々といろいろなうちに買われていて、離ればなれになってしまいます。一度は悲しいお別れをしますが・・・。