

ランチニュース



平成22年10月
大府市教育委員会
大府市学校栄養士会

今月のテーマ

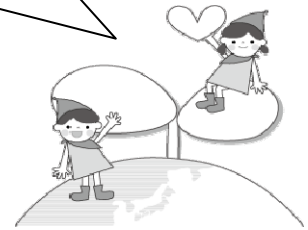
食べ物と自然のかかわりを知ろう

生き物や自然の恵みをいただきます

地球上には、人間だけではなく、動物や植物などいろいろな種類の生きものが一緒に暮らしています。私たちの食卓に並ぶ食べ物は、全て自然の産物です。田んぼや畑、海や里山、そこには自然や生き物のいのちのつながりがあり、それが恵みとなって食卓に並びます。自然や食べ物の恵みに感謝して「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつができるといいですね。

COP10 (こっぷてん)

自然の中のたくさんの生き物がつながりあって生きていること(生物多様性)を守るための10回目の世界会議(COP10)が10月に名古屋で開かれます。



愛知の郷土料理は 愛知の自然から生まれました

愛知県は、豊かな水と緑、そして温暖な気候に恵まれた風土です。この自然の恵みの中で採れた農作物を使い、地域の味として古くから守り作られてきたのが愛知の郷土料理です。給食の献立にも毎月とりいれています。他にもどのような郷土料理があるか家族で話し合ってみましょう。



ひきずり (鶏のすき焼き)



みそ煮込みうどん



菜飯 (大根の葉のまぜご飯)



鬼まんじゅう

《レシピ紹介》 愛知県の郷土料理 「ひきずり」

<材料：4人分>

鶏もも肉・・・100g	かまぼこ・・・40g	しょうゆ・・・大さじ5
にんじん・・・20g	焼き豆腐・・・120g	酒・・・大さじ1
はくさい・・・180g	糸こんにやく・・・80g	削り節・・・4g
干しいたけ・・・2枚	根深ねぎ・・・40g	水・・・60ml

<作り方>

- ① にんじんとかまぼこはいちょう切り、白菜は3cmの長さ、椎茸は戻してスライス、豆腐は大きめのサイコロ状、こんにやくは4cmの長さ、ねぎは斜め切り、削り節はだしをとる。
- ② 鍋で鶏肉を炒め、★を混ぜ合わせただしを入れ、にんじん、しいたけ、かまぼこ、白菜の芯を加えて煮る。
- ③ 残りの具材を加えて煮込む。



毎月19日は「食育の日 ～おうちでごはんの日です～」



※給食実施日の2日前(土日祝日は除く)の午前9時までに欠食連絡があった場合は、欠食扱いとし、給食費をいただきません。