

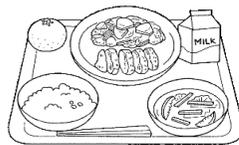
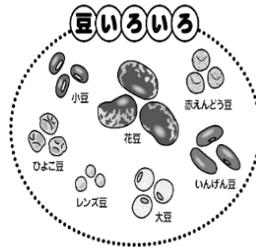
# 給食だより 2月号

こんげつ しょく かん しどうもくひょう  
今月の食に関する指導目標

## 豆の種類やその働きを知ろう

古くから日本人に愛されてきた豆ですが、近ごろ、苦手意識が高まり子どもたちはなかなか進んで食べてくれません。植物性たんぱく質や、食物繊維など豆のもつパワーは肉や魚と同等です！ぜひご家庭でも進んで食卓に出してほしいものです♪

神原学校給食センター  
【神原小\*神原中】  
TEL/FAX:917-3479



## 琉球チャンネル



1月に行われた給食週間では、うじら豆腐・ニガナの白和え・ミミガー和え・イカスミ汁など普段から食べないような少し珍しい給食を提供しました。イカスミ汁の日は神原小学校の高学年、各教室を回って栄養士から『体にいい料理なのでぜひ食べてほしい』と声掛けをしましたが苦手意識のある児童はなかなか勇気が出ず食べられない子もいました。しかし意外と『食べたらいしかった』『思ってたのと違っておいしい!』という声もあがりました。琉球料理の味を伝えていくのも大切な事ですが何より料理を知ってほしいと思い、今回は目で楽しめるイカスミ汁を提供しました。初めて見た子や、見たことはあっても食べた事のなかった子にとっては、ひとつの経験となってくれたと思います。たくさんの事を学び豊かな成長につながると嬉しいです。

## ❖★給食ができるまでのようす★❖



朝の8時からぐつぐつ♪  
イカスミ汁に入れるイカと豚肉がやわらかくなるまで長い時間をかけて火にかけていくよ!



肉の色が変わって調味料で煮詰めたら



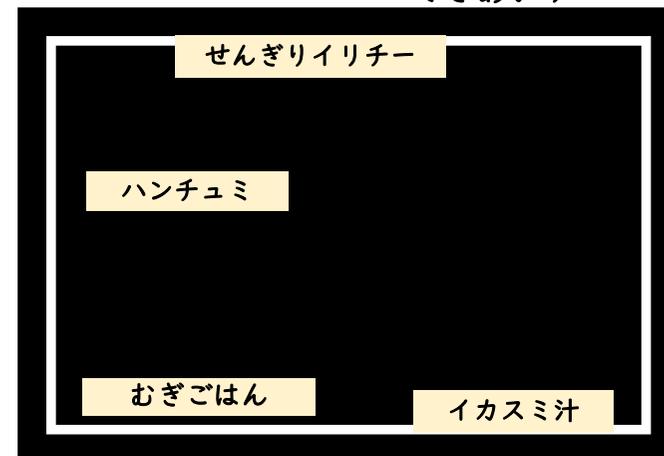
かつおぶしを入れてハンチュミのできあがり♪



イカスミ汁も具材がやわらかくなってきたので仕上げにイカのみみを入れます♪



その横では、本日、初メニューのハンチュミ♪  
お肉を煮詰めた料理で昔は保存食として食べられていたよ



一瞬にしてイカスミが広がり真っ黒に仕上がりました!

### 節分 3択クイズ

レベル★★★  
レベル★★=ちょっとむずかしい  
レベル★=とってもむずかしい

**Q1** 「節分」とは、どんな日のことをいうでしょう?  
① 鬼がたくさん来る日 ② 豆が収穫できる日  
③ 季節が変わる日

**Q2** 鬼を追いはらうために使う大豆を、若いうちに収穫したものはどれでしょう?  
① いんげん ② 枝豆 ③ 落花生

**Q3** 栄養たっぷりの大豆はいろいろな食品に加工されますが、次のうち大豆が入っていないものはどれでしょう?  
① しょうゆ ② はんぺん ③ とうふ

**Q4** 臭いで鬼を追いはらうために、ある魚の頭を飾りに使いますが、その魚はどれでしょう?  
① タイ ② イワシ ③ サンマ

**Q5** 節分に食べる「恵方巻き」の「恵方」とは、どういう意味でしょう?  
① 縁起の良い方向 ② 天気の良い方向 ③ 鬼が来る方向

（「準備」刊行82部止「2月号」の掲載のものを）①=90  
（「準備」刊行81部止「1月号」の掲載のものを）②=40  
（「準備」刊行80部止「12月号」の掲載のものを）③=10