

5月30日の給食

投稿日時：05/30 [abiko1](#) カテゴリ:

我孫子産野菜の日

【牛乳・麦ごはん・豚肉の生姜炒め・水菜とじゃこの和え物・トマトと卵のスープ・オレンジ】



今日は我孫子産野菜の日です。我孫子市内でとれた新鮮な野菜が第一小学校に届きました。今日の我孫子産野菜は、生姜炒めの玉葱、小松菜、サラダのきゅうり、だいこん、スープのトマト、玉葱、小松菜です。そして、給食のお米は毎回、我孫子市内でとれたお米を使って炊いています。近年は天候不順で、農業にとって厳しい状況が続いています。我孫子市でとれる野菜や米を食べることで、農家さんを応援しましょう。

本日の我孫子産食材:米 玉葱 きゅうり トマト

本日の千葉県産食材:牛乳 キャベツ 大根 卵

5月29日の給食

投稿日時：05/29 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・ひじきご飯・赤魚のポテト焼き・せんべい汁・甘夏】



せんべい汁は、青森県八戸市に伝わる郷土料理です。にんじん、ごぼうなどの野菜と一緒に小麦粉で作られた『南部せんべい』が入っています。昔、青森県のような寒さの厳しい地域は、お米を栽培するのが難しく、かわりに小麦やそばを栽培していました。せんべいが野菜や出汁のうま味を吸い、もちもちとした食感となっています。

本日の我孫子産食材: 米

本日の千葉県産食材: 牛乳 ひじき ねぎ

5月28日の給食

投稿日時 : 05/28 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・カレーうどん・ごまドレサラダ・小魚・豆腐ときな粉のケーキ】



豆腐ときなこは、同じ食べ物からできていますが、何からできているかわかりますか。正解は大豆です。大豆は『畑の肉』といわれるくらい良質のたんぱく質が含まれています。ほかにも鉄やビタミン食物繊維な

どたくさんの栄養が含まれます。今日は、給食室で手作りのケーキを焼きました。たんぱく質は体を作るもになります。しっかり食べて元気な体を作りましょう。

本日の我孫子産食材:米 ねぎ

本日の千葉県産食材:牛乳 キャベツ

5月27日の給食

投稿日時 : 05/27 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・レバーのオーロラソース和え・春雨スープ・オレンジ】



オーロラソースはフランス生まれのソースで『明け方』という意味です。日本ではケッチャップとマヨネーズを混ぜて作ります。今日の給食では、ご飯に合うよう隠し味に味噌を使っています。レバーが苦手な人でも食べやすい味付けにしました。まずは一口食べてみましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 玉葱

5月26日の給食

投稿日時 : 05/26 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・キムタクご飯・チーズじゃが丸・スコッチブロス・バナナ】



スコッチブ罗斯は、イギリスのスコットランドの伝統的な料理です。スコッチはスコットランド、ブ罗斯はスープという意味です。押し麦が入った珍しいスープです。野菜や肉、麦をじっくり煮込んで作りました。

本日の我孫子産食材:米 ねぎ

本日の千葉県産食材:牛乳 たまねぎ

5月23日の給食

投稿日時 : 05/23 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・親子煮・じゃがいも団子汁 小魚アーモンド・河内晩柑】



今日は、鶏肉と卵が主役の親子煮です。親子煮に入っている卵は、昔はとても貴重な食べ物でした。卵には、ひよこが成長するために必要とされる栄養がたくさん含まれているので、『完全栄養食品』と呼ばれていますが、ビタミンCや食物繊維など不足している成分もあります。野菜や果物も一緒にとってバランスのよい食事にしましょう。

本日の我孫子産食材：米 ねぎ

本日の千葉県産食材：牛乳 大根 玉葱

5月22日の給食

投稿日時：05/22 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・たらのゆかりパン粉焼き・じゃがいもの金平・大根の味噌汁・バナナ】



金平は江戸時代に流行した『金平浄瑠璃』というお話が由来といわれています。主人公の坂田金平は、『まさかりかついだ金太郎』で知られている坂田金時の息子という設定で、力が強くて勇敢な人として演じられていました。そのお話から強くて丈夫なものを『きんぴら』と呼ぶようになったといわれています。今日は、歯ごたえのあるごぼうと、食感を残したじゃがいもが入った金平です。

本日の我孫子産食材：米 ねぎ

本日の千葉県産食材：牛乳 大根 白菜

5月21日の給食

投稿日時：05/21 [abiko1](#) カテゴリ:

1年生食育授業『そらまめのさやむき』

【牛乳・キャロットライス・チキンクリームソース・いかくんサラダ・ゆで空豆・黒糖アーモンド】



今日の給食はゆで空豆です。我孫子市でとれた新鮮な空豆を、1年生が1時間目の授業でさやむきをしました。全校分を観察しながら頑張ってくれました。感謝して残さず食べましょう。給食のサンプルケースの横に空豆がなっているところを展示しています。帰りまで展示していますので、皆さんも観察してみましょう。

本日の我孫子産食材:そらまめ

本日の千葉県産食材:玉葱 大根

1時間目の授業で、1年生が『そらまめのさやむき』をしました。前日、『そらまめくんのベット』という絵本を司書の先生に読んでもらいました。授業では、今日のそらまめは我孫子市でとれたこと、なぜそらまめという名前なのか、さやむきをするそらまめは給食で出ること、食べ物なので丁寧に扱うこと、さやむきをする時の約束などをまなびました。





さやむきのあと、観察記録を書きました。一部を紹介します。

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん | くみ なまえ



みどりでふわふわで
かたくですこしやいろがた

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん 1くみ なまえ



おおきいのとちいさいのが
あっておもしろい。きょうのきょう
しゅくがたのしみ。すこしかたい。

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん | くみ なま:



なかには、ふちふちおすとへこむ。
ちいさいやつがある。ちゅと
ちいさいやつがある

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん 2 くみ なまえ



さやあ、ろ、あ、ろ、おして「ちんちん」

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん 2くみ なまえ

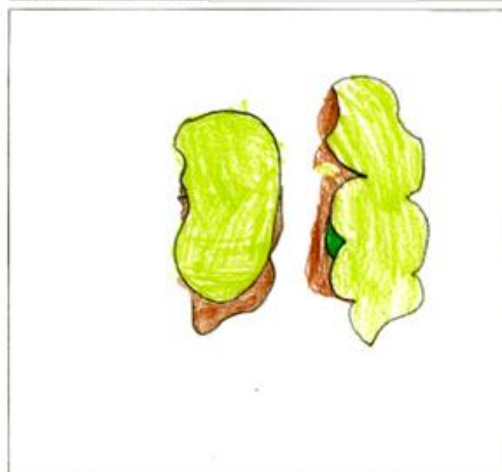


さやがふわふわで、とてもきもち
がよかったです。こいきみで、り
いろでした。おいしいきゅういふなるぬいぞう。

そらまめのさやむき

5がつ21にち

1ねん 2 くみ なまえ



そらまめくんのべつとがふわふわでした。

いろんないろのきみどりでした。

かたかた。

5月20日の給食

投稿日時：05/20 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・セルフチリドック・シャキシャキポテトサラダ・中華風雑煮・オレンジ】



今日は、自分でチリドックを作って食べる献立です。チリドックの『チリ』とは唐辛子のことです。唐辛子は、南米のピリッと辛みのきいたトマトソース料理によく使われる調味料です。今日の給食では、食べやすいように少しだけ使っています。

本日の我孫子産食材:ねぎ

本日の千葉県産食材:牛乳 卵 白玉 玉葱

5月16日の給食

投稿日時 : 05/16 [abiko1](#) カテゴリ:

運動会応援献立・我孫子産野菜の日

【牛乳・チキンカツカレーライス・海藻サラダ・甘夏】



いよいよ運動会ですね。今日は給食室から応援献立として、勝つカレーライスにしました。これまでの練習の成果が出せるよう、残さずしっかり食べて、元気に運動会を迎えましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳 キャベツ