

給食だより



多良木町学校給食センター
文責 工藤小百合

がつ 1月23~30日は「給食週間」でした！



各学校での給食週間の取組ありがとうございました。今回は、給食週間の各学校での取組の一部をお知らせします。

〈多良木中学校〉

給食時間に「栄養教諭が給食の献立を考へるときに気を付けていること」についての動画を視聴し、栄養教諭が各クラスを巡回しながら配膳やマナーの様子を見ました。よくできていました。

〈多良木小学校〉

各学年で食育の授業をしました。1年生は、給食センターで使う調理道具と自分の体の大きさと比べました。とても大きいことに驚いていました。(写真1)

また、給食時間に栄養教諭・学校長が「給食の思い出」について放送しました。



(写真1)

〈久米小学校〉

全校集会で、栄養教諭が「給食に関わる人の思い、給食の栄養」について講話を行いました。そして話の内容について、体作り委員会の児童がクイズを作成してくれました。感想では、「給食を減らすと栄養も減るから残さず食べたい」と話してくれました。(写真2)



(写真2)

〈黒肥地小学校〉

全校集会で、給食委員会の児童が「赤・黄・緑」の食材についてクイズを作成してくれました。クイズでは、「わかめが赤色の食材に分類されること」に児童は驚いていました。栄養教諭は「給食ができるまで」の様子についての講話を行いました。(写真3)



(写真2)

〈柳野分校〉

全校集会で、各学年が給食週間に学んだことについてのクイズを作成してくれました。栄養教諭は「給食で使われている食材が熊本県のどこで生産されているのか」について、講話を行い、みんなで考えました。(写真4)



(写真4)

〈球磨支援学校〉

給食週間だけでなく年間を通して、「食事のマナーの指導」、「バランスのよい献立を考へる」、「コンビニエンスストアの食べ物の栄養価調べ」などの取組を実施していただいています。

ふるさと

く ま 球磨さんだより 2月号



こんげつ ちゅうもくしよくざい
今月の注目食材

ごぼう

たらぎまちがっこうきゅうしよく
多良木町学校給食センター

まいつき にち しよくいく ひ
毎月19日は食育の日です。「ふるさとくまさ
んデー」として、ちゅうもく しよくざい しょうかい
注目の食材を紹介します！

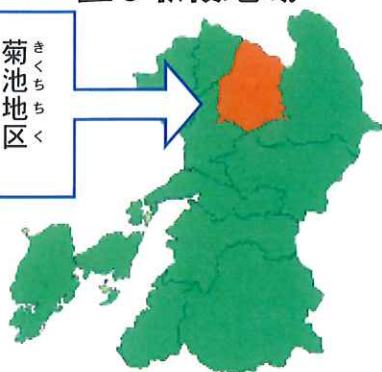
ごぼうは、昔から「春をつげる野菜」
の一つとして伝統料理に欠かせない食
材です。11月～2月には「冬ごぼう」
が、3月～6月上旬には「春ごぼう（新
ごぼう）」が出荷されます。

熊本県の主な産地は菊池地区で、稲刈
りしたあとの水田を利用して作られる
「水田ごぼう」が有名です。「水田ごぼう」
はあくが少なくやわらかいので、どんな
料理にしてもおいしく食べられます。



おも しゅうかくちいき
主な収穫地域

菊池地区



ちしき
～ まめ知識 ～

ごぼうは“食物繊維”と、善玉菌を増やす“オリゴ
糖”を多く含むため、整腸作用があります。また、利尿
作用があることから、腎臓の機能を高める働きもあり
ます。

ごぼうは、皮ごと食べると香り高く、ごぼうの栄養が
まるごととれます。

お詫び

2月の献立表に2月11日（火）「けんこくきねんび」と記載しておりましたが、正
しくは「けんこくきねんのひ」です。

ご迷惑をおかけして、申し訳ありません。