

11月給食だより



こちらからは
カラーで見ること
ができます！

基山学校給食センター

急に寒い日が増えてきました。季節の変わり目は体調を崩しやすくなります。しっかり食べて、よく眠り、体調を整えましょう。11月は食育月間でした。学校でも、沢山の取り組みを行いましたのでお知らせします。

☆中学生の考えた給食の実施

中学生の夏休みの宿題「給食の献立を立てよう(おいしさや栄養を考えた献立を立て、実際に作ってレポートにまとめる)」に全校生徒が取り組んでくれました。みなさん、とても工夫して美味しそうにできていましたよ！

特に、工夫が凝らされていた「**中学三年生 藤田一花さん**」の献立を給食に採用し実施しました。

蓮根と小松菜の梅和え
佐賀県の旬の食材「れんこん」を使っています！また、噛むことにも意識した献立です。

鮭のごま油焼き
ごま油の風味で減塩でも美味しい！

きのこたっぷり汁
きのこのうまみたっぷり
で塩分控えめでも
気になりません！

ひじきと鶏肉の混ぜご飯
鉄分やミネラル豊富なひじきを混ぜご飯に。鶏そぼろで海藻の臭みもなくおいしく鉄分補給！

栄養・減塩・よく噛むこと・佐賀の食材・旬の食材など、とてもよく考えられていました。小学生も、「中学生はすごい！」と驚いていましたよ。



☆大人気！！鶏肉のレモン煮の歴史

基山町の大人気給食メニューと言えば、やはり鶏肉のレモン煮です。9月には「鶏肉のレモン煮」についてテレビにも取り上げられました。レモン煮の歴史はご存じですか？

★レモン煮は何年前にできた？！

なんと、50年前に初めて作られたとのこと。50年間も守られ続けた味です。



★レモン煮は実は酢豚から？！

当時、学校給食で人気のあった酢豚の洋風アレンジでレモンを使ったレモン煮を開発したそうです！そう言われると、酢豚のお肉と似ていますね。



☆地場産物の紹介

今月は「お米」と「さつまいも」が基山産でした。サツマイモは「**ベジタブルクラブさん**」、お米は11～18日はちぎりファームの「**生島陽子さん**」の無農薬のちぎり米を提供しました。基山で採れた食材をそれぞれの学校でお知らせをしています。生島さんには放送やインタビューで基山町の農業についてお話ししてもらいました。



生島 陽子さん

基山町のお米をたくさん食べて
欲しいです！
また、近所の田んぼが大人になっ
たときどうなっているかな？と
ぜひ、考えてみてくださいね。

☆新米のお知らせ

11月から給食のご飯は基山産の新米のひのひかりです。ピカピカで美味しいご飯をみなさん召し上がれ♪

