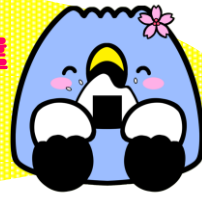


# 食育通信

平成30年  
2月号

～みんなで考えよう！食育のこと～



平成30年2月1日発行  
担当：阿賀野市健康推進課  
健康づくり係  
電話：0250-62-2510  
内線 2636

食育重点目標 「家族で毎日朝ごはん(米飯)」～家族で「朝ごはん」を食べる習慣をつけましょう！～

## 「お客様給食会」を開催しました！

昨年12月に水原小学校で「お客様給食会」が開催されました。給食に使う野菜などを作っている農家の方々に給食に招いて、子どもたちと一緒に会食します。これは、普段食べている給食に使われている食材を作っている人と一緒に食べることにより、給食に携わる人たちに「感謝して食べる」気持ちを育てる取り組みです。

子どもたちは、農家の方々に質問したり、日ごろの感謝を伝えたりして、楽しく食べていました。



見事！

## 学校給食コンクールで2年連続優秀賞受賞！

昨年8月に「平成29年度学校給食調理コンクール（新潟県教育委員会主催）」が新潟市で開催され、阿賀野市は学校調理員と学校栄養士が出場しました。

今年度は笹神地区にねらいをしばった献立を考案！「五頭のお宝発見！ランチ」で、見事！2年連続“優秀賞（2位）”を獲得しました。

### 五頭のお宝なあに

「笹神なす」など地場産食材を豊富に使用したみそ炒め

### 清水の冷やしトマト

湧き水（岩瀬の清水）で冷やしたトマトをイメージしたゼリー

### 鶏肉のはちみつソース

地場産のはちみつをソースに使用した照り焼き

### 三滝汁

五頭の三滝（魚止めの滝などを、しらたき、えのき、切り干し大根で表した汁もの



### 「五頭のお宝発見！ランチ」

学校給食ではこれからも、地域に関わりのある給食を提供し、「生きた食材」として、食育の推進に活用していきます。

※作り方などは裏面や料理レシピサイト「クックパッド」の阿賀野市公式キッチンをご覧ください。

（問合せ：学校教育課 電話 62-2790 内線 338）



## 美味しく！安全な！給食を作るため

# 阿賀野市内の食品製造業者の視察をしました

市内の学校栄養士は、美味しく安全な給食づくりのため、様々な研修を行っています。

今年度は、安田地区の給食用の食品を製造している「金子食品本舗(大豆食品)」と「めんつう〔株〕(麺類)」の視察研修を行いました。

どちらも、それぞれ美味しく作るためのこだわりや、安心安全のための取り組みがあり、伺うことができました。

これからも、阿賀野市の食品を使った献立を給食に取り入れて、子ども達が地域への愛着を深めていけるようにしていきたいと、考えています。



## 学校給食メニュー♪

### 三滝汁 材料4人分

豚もも肉	30g
しらたき	40g
えのきだけ	1/3袋
切干大根	15g
昆布	5g
打ち豆	10g
かまぼこ	15g
小松菜	1株
にんじん	20g
ねぎ	20g
だしパック	適量
酒	小さじ1/2弱
しょうゆ	小さじ2強
塩	小さじ1/4
水	3カップ

給食で人気の  
沢煮椀を  
アレンジ！



- ① 切干大根と昆布は水でもどす。切干大根は5mm位の長さ、昆布はせん切りにする。
- ② 打ち豆は洗って、水に浸しておく。
- ③ 豚肉とかまぼこは細切りに、しらたきは5cm位の長さに切る。
- ④ にんじんはせん切り、ねぎは小口切り、小松菜は1cm位の長さに切る。えのきだけは根元を落として半分の長さに切る。
- ⑤ 鍋に水とだしパックを入れ加熱し、だし汁を作る。
- ⑥ だし汁に火がとおりにくい食材から順に入れ煮る。
- ⑦ 調味料を加え、味をととのえる。
- ⑧ 最後にねぎと小松菜を入れて少し加熱する。

平成29年度新潟県学校給食調理コンクールのために市内の学校栄養士が考えた献立です。笹神地区の五頭山にある3つの滝(魚止めの滝、不動の滝、金剛の滝)をしらたき、えのきだけ、切干大根で表しました。

(問合せ：学校教育課 電話 62-2790 内線 338)

## 「あがの食育・元気づくり応援団」～私たちは阿賀野市に元気づくりを発信しています！～

(株)原信水原店、イノウエスポーツ、(有)安田興和農事、(株)めんつう、生鮮の杜キッド  
リズムハウス瓢湖、風雅の宿 長生館、安田商工会、(有)お菓子の龍宝堂、  
瓢湖屋敷の杜ブルワリー・ザ・レストランスワンレイク、水原商工会、(株)関口商店、カフェ木いちご  
五頭温泉郷旅館協同組合、NPO 法人 阿賀野市総合型クラブ、みやした整体院

※阿賀野市の食育・元気づくりの取組みに賛同してくれる施設(飲食店、スーパー、商店、企業、団体、宿泊施設等)を随時募集しています。(問合せ：健康推進課 健康づくり係 市HPで募集内容が確認できます。)



… 毎月19日は食育の日 毎年6月は食育月間 …