

おおさき食育通信

保護者の皆様に、年4回市内の学校給食の様子や食育の取組など“食”に関する情報を発信します。

令和7年12月発行



大崎市公式キャラクター
パタ崎さん

11月の地場産給食の日（市内統一メニュー）

大崎市では地域の食材や地域で作られた加工食品などを学校給食に活用することで、子供たちがふるさとへの食への関心を高められるよう、「地場産給食の日」を実施しています。

メニュー

- ★ささ結のつやつやご飯
- ★刀剣フライ
- ★キャベツとシャキシャキれんこんのサラダ
- ★米粉ワンタンカレースープ
- ★牛乳



★キャベツとシャキシャキれんこんのサラダ

しょうゆの香ばしさを活かしたドレッシングで旬の野菜を和えました。れんこんの食感を楽しめるサラダです。

★米粉ワンタンカレースープ

旬の野菜から出た旨味とカレー風味がよく合うスープです。

子供たちの感想



刀剣フライのネーミングがカッコいい。
みそダレの味付けが
ごはん合う。

いつもよりごはんが
つやつやモチモチし
ていておいしい。
毎日このごはんが食
べたい！



★残さず分けようチャレンジ★ 残さず分けて残食を減らそう！ 古川東中学校

残さず配食することが残食を減らすことにつながるので、上手に配食するためにどうすればいいか、考える場面を作ることで、給食当番のスキルアップをめざしています。

配膳後の食缶の写真を給食委員会が撮り、上手に配膳しているクラスにインタビューを行い、全クラスに配膳の工夫を知らせています。

9月24日からは「残食ゼロキャンペーン」です。

先週の「残さず分けようチャレンジ」では、上手に分けているクラスが多かったです。その中から、3年1組の給食当番にインタビューしました。3年1組は残食も少なく、ごはんもしっかり食べています。



食缶の底に野菜が沈んでいるので、お玉を下まで入れて、野菜をすくいながら分けています。
*具だけ、汁だけにしないように工夫しているようですね。

「本日の給食盛り付け量」をよく見て分けています。盛り付け量をなるべく近づけるようにしています。
*さすが！毎回、1人分を量ってから写真を撮っているのだから、参考にしてください。



残さず分けて、しっかり食べよう！食べることもトレーニングです。

「上手に分けようチャレンジ」の次の週には、「残食ゼロキャンペーン」を実施しています。副菜を残さず食べる取組です。

その他「片付けコンテスト」や「調理員さん感謝デー」など、ごちそうさまの気持ちを表す取り組みを行っています。

★つながる給食★ 学校・地域との連携を深める取り組み 岩出山学校給食センター

今年度岩出山給食センターでは、学校給食への理解を深めてもらうために、保護者・生産者・保育所の方々へ試食会を行いました。試食の後には、アンケートや情報交換で感想や質問をいただいたので、今後に活かしていきます。

岩出山小学校
1年生・3年生
給食試食会

安全でおいしい給食作りを心がけています



グリーンアップ
[岩出山で野菜を作っている生産者の方]



岩出山産夏野菜が
たっぷりの給食を試食



岩出山保育所の方々と
給食センターで給食試食と
情報交換を行いました。



後日、岩出山保育所へ訪問。
年長さんへ小学校の給食や
はしの持ち方について
お話し、一緒に給食を
いただきました。



給食・減塩
レシピ

ポークチャップ

適塩生活

❀減塩ポイント❀

・玉ねぎを炒めたときに出る甘味ときのこの旨味がケチャップソースの塩味を引き立てます。

【材料】1人分

・豚もも切り身	60g
☆酒	1g
☆生姜（すりおろし）	1g
・サラダ油	0.6g
・玉ねぎ	35g
・ピーマン	5g
・しめじ	10g
○トマトケチャップ	10g
○中濃ソース	2g
○しょうゆ	1g

【作り方】

- ①豚肉に☆の調味料で下味をつける。
- ②玉ねぎはせん切り、ピーマンは種を取ってせん切り、しめじは石づきを切って子房に分ける。
- ③フライパンに油を熱し①の豚肉を焼く。火が通ったら取り出す。
- ④豚肉を焼いたフライパンで玉ねぎ・ピーマン・しめじを炒め、○の調味料を加えてケチャップソースを作る。
- ⑤③の豚肉を食べやすい大きさに切り、④のケチャップソースをからめる。



*保護者向け食育通信

【令和7年度 第3号】（通巻第55号）

発行：大崎市学校栄養士会

事務局：大崎市教育委員会教育部 教育総務課

TEL0229-23-2211 FAX0229-23-1011



大崎市
Osaki.city

地場産給食
だよりは
こちらから

