

いただきます！

令和2年 1月号
杉並区立杉並第四小学校
栄養士 服部 悦子

あけましておめでとうございます



あたら しい一年が始まりました。今年も力を合わせて、安心・安全でおいしい給食作りに取り組んでいきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

全国学校給食週間 1月24日～30日



戦後、ララ（アジア救済委員会）の支援物資により、昭和21年12月24日に給食が再開されました。ちょうど冬休みに入るので、一ヶ月後の1月24日を学校給食の記念日とし、24日からの一週間で「全国学校給食週間」とすることになりました。杉四小でも、給食にまつわる、様々なメニューをとり入れています。

4年生・「ミルク教室」出前授業



12月13日（金）、3・4校時に4年生が食育の出前授業を行いました。株式会社明治のゲストティーチャー、吉田先生をお招きして、「ミルク教室・骨って大切」と「わくわく体験・生クリームからバターをつくる」というテーマで教えていただきました。ミルク教室では、「骨の役割」「骨とカルシウム」「骨ができるのは小中学生のとき」「丈夫な骨を作るには何が必要？」という学習をしました。わくわく体験では、容器に入れた生クリームを振って、バターを作りました。作ったバターは、クラッカーにのせて試食しました。

いろいろな教材が次々出てきて、みんな興味津々です。実際の牛の大きさのパネルにびっくり。



容器に入れた生クリームを3分間振り続けます。3分って意外に長い！



出来立てのバターはおいしい！



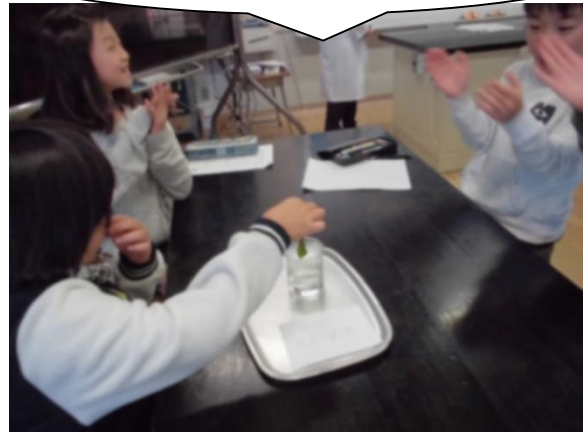
3年生・「わかめ学習」出前授業

11月29日(金)、3校時3年1組、4校時3年2組で、理研ビタミンの出前授業「わかめ学習」を実施しました。わかめ博士がお二人いらして、はじめに、わかめの原藻(実物)を見せてもらいました。そのわかめを実際に触って、においや色、感触などを観察した後、色が変わる実験もしました。お湯につけるとあら不思議、茶色から緑色に変化しました。わかめのヌルヌルの正体は食物繊維で、腸のお掃除をしてくれることも学びました。



岩手県から届いたわかめの原藻です。「海においがする」「ヌルヌルする」など、よく観察していました。

熱湯につけたわかめが一瞬で茶色から緑色に変化したときには、歓声が上がりました。



開校記念のお祝い献立

12月11日(水)、杉四小95周年のお祝いで押し寿司を作りました。

入れ物に炒り卵・ごはん・具・ごはんを交互に重ねて重しをしておきます。入れ物をひっくり返すと・・・?



一番上に炒り卵が現れます。切り分けてクラスのバットに入れます。くずさないように慎重に並べます。



この日の献立は押し寿司 ジョア 豆腐のすまし汁 磯和え 紅白ゼリー でした。ジョアには、お祝いのシールを貼りました。