

＊給食だより＊ 2月

毎月19日は食育の日
入間市立藤沢東小学校



2・3月の給食費は、無償になりました

先日の学校給食課からのリーバー配信のとおり、2・3月の給食費が無償となりました。しかし、今年度は、一食単価である282円を超える部分についての給食費について、国からの臨時交付金を活用とする入間市からの補助はありませんでした。そのため、一食単価である282円を超えないように、献立作成をすすめているところです。例年であれば秋から野菜の価格が落ち着き、一食単価が抑えられてくるところですが、今年度は野菜の価格も高騰しており、現在もなお野菜の高値が続いております。栄養価の充足を原則に献立作成を行っておりますが、十分な内容での提供は難しくなっている状況です。今年度の補助についてはありませんでしたが、来年度に向け、引き続き補助についての要望等をしていきたいと思っております。

1月のおいしかった給食アンケート

1月のおいしかった給食を、児童たちにタブレットから回答してもらう取り組みを初めて実施しました。これまで、児童たちの反応や残食の結果をみて、おおよその推測をたてていましたが、今回生の声をたくさん知ることができて、とても参考になりました。せっかくなので、おいしかったという感想が多かった【ツナおろしスパゲティ】のレシピをご紹介します。休日のお昼にお子さんとクッキングなどいかがでしょうか？

★★★作ってみよう！給食レシピ★★★ 【ツナおろしスパゲティ】

材料(4～5人分)

スパゲティ	400g
大根	中2/3本(約500g)
ツナ(油はきる)	3缶(70g缶)
バター	15g
塩	小1
しょうゆ	大2
砂糖	大1
穀物酢	大1と1/2
刻みのり	適量

①

1. 大根はすりおろしておく。(フードプロセッサーでも可)
2. 鍋に①の調味料とすりおろした大根を加え、火にかけ煮込む。
3. 1の味がなじんだら、ツナ缶を加え、さらに煮込んで水分をとばす。(大根の水分量によって、味が変わるので、塩・しょうゆで調整する)
4. 別鍋でスパゲティをゆでる。
5. 少し固めにゆでたスパゲティを3に加えて、さっと混ぜ合わせる。
6. 仕上げに刻みのりをふりかける

※食べている途中ですりおろしにんにくを入れてもおいしいです。

体調が良くない時の食事とは

エネルギーと水分がとれて、体を温めてくれる料理がおすすめです。食材は消化のよいものを選びましょう。吐き気があって食べられないときは、脱水症状を起こさないよう、水分補給をしっかり行うことが重要です。

