

# ゆずりはだより

令和 5年 3月 17日 神石小学校 食育通信(3学期号)



朝晩は冷えますが、日中は暖かい春の陽ざしが心地よく感じられることとなりました。  
3学期も「温かい!」そして「おいしい!」神石小学校の給食を味わいながら、毎日元気に過ごすことができました。  
3学期の食育指導にかかわっての子どもたちの様子を紹介いたします。

## 神石高原ランチ(2月)の紹介

昨年度から、月1回の神石高原ランチが登場しています。2月17日(金)は、つぎのような献立で、町内産のお肉や野菜をしっかりと味わいました。

神石高原ポーク丼 牛乳  
かす汁 しょうがゼリー

かす汁に入っている「酒粕」についてのお話を視聴しながら食べました。



神石高原町油木の「三輪酒造」さんは、江戸時代中期(享保元年:1716年)から続く酒蔵です。約7種類の日本酒を、1年間に約4万本(1本1.8ℓ)も作られているそうです。

日本酒は、米・米麹・水・酵母からできています。この材料を樽に入れてから約25日後、出来上がった「もろみ」をしぼって「日本酒」と「酒粕」に分けられます。一つの樽で約2,000ℓの日本酒と約300kgの酒粕がとれるそうです。

日本酒づくりは、一人ではできない様々な作業があるので、みんなで力を合わせて、喜んでもらえる日本酒をつくられているそうです。かす汁を初めて食べた人もいましたね。

## 子どもたちの感想より

- 全部おいしかったです。また作ってください。
- お肉がとても柔らかくてジューシーでした。
- ポーク丼のお肉や野菜が、とてもおいしかったです。お米とよく合っていました。
- 酒かすを食べるのは初めてでした。
- かす汁は甘酒の味がして、とてもおいしかったです。
- かす汁の酒かすを一生懸命作られているのを初めて知りました。
- しょうがゼリーは、しょうががきいていて、とてもおいしかったです。
- しょうがゼリーがプルプルしていて、とてもおいしかったです。
- 体が温まるようなゼリーでした。
- 大人になったら、神石のお酒を飲んでみたいです。



## 先生の感想より

- あっさりな味付けが、豚肉の旨味、甘味とマッチしていて、最高でした。酒粕が入ることで、味噌の味に深みが入り、ポーク丼との味付けの相性がバッチリでした。しょうがのかすかな風味が食欲をそそる献立でした。おいしかったです。ごちそうさまでした。

## 6年生「卒業おめでとう!」リクエストメニューの紹介

3月の献立は、毎年恒例の「6年生リクエストメニュー」を献立に入れてもらって、6年生の卒業をお祝いしています。6年間の給食で思い出に残っているメニューや人気のメニューが登場しています。

### 主食

「梅ちりごはん」など、味付けご飯が人気。また、ラーメンも大人気です。今回は、具がたっぷりの「チャンポンめん」が登場しました。



給食先生(赤木先生・山本先生)、愛情いっぱいの給食をありがとうございました。

### 主菜(主なおかず)

「手作りハンバーグ」は、大きくてアツアツでした。給食先生が愛情込めて、こねて焼いてくださいました。ラーメンとセットで、「焼きぎょうざ」も人気です。

※「いかのかりん揚げ」は、神石高原町の広報4月号「食育ミニ知識」で紹介される予定です。



### 副菜(野菜のおかず・汁物)

「チーズサラダ」が大人気。サイコロ状のチーズがたっぷり入っています。「卵スープ」や「ワンタンスープ」なども大人気です。



### デザート・果物

「プリン」や「タルト」が人気。1年間のうちによく登場する「りんご」も人気です。

## おうちのかたへ

来年度4月の献立表につきましては、始業式の日配布させていただきます。

4月に予定しております「お花見給食」を11日(火)→12日(水)に変更させていただきますので、ご了承ください。

保護者のみなさまには、今年度も神石小学校の給食に際しまして、ご支援ご協力をいただき、大変ありがとうございました。