

# ゆずりはだより

令和 6年 3月 7日 神石小学校 食育通信 (3学期号)



## 動画で、生産者の方のお話を聴きました。

豊松の橋本英治さんが作られている「備中れんこん」は歯ごたえがあり、シャキシャキとした食感が特徴だそうです。およそ12年前から耕作放棄地を活用して作られ始めたそうです。

れんこんは2月ごろに種となる種れんこんを植え、肥料をまき、寒い12月頃に収穫となります。収穫までの間に、アブラムシなどの害虫がつかないように対策をすることや水田の水を無くさないように管理することがとても大変だそうです。おいしいれんこんができるまでには、たくさんの苦勞がありますね。

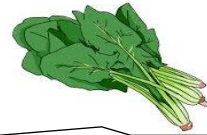
## 児童の感想より

- れんこんがシャキシャキしていて甘かったです。
- 嫌いなれんこんだったけど、食べやすくおいしかったです。
- 大人になったら、野菜やれんこんを育てたいです。
- れんこんを作るのに、こんなに大変だということがわかりました。
- 使わなくなった水田で、れんこんを作るという発想がすごかったです。
- 白菜サラダの白菜がみずみずしくて、おいしかったです。
- いちごがすごく甘くて最高でした。• いちごが嫌いな私でも、すらすら食べられました。



## 3学期の「神石高原ランチ」紹介

### 1/19(金):「ほうれん草とじゃがいものポロネーゼ風」



油木高校の生徒さんが作られた、みずみずしい、ほうれん草をいただきました。

「ポロネーゼってなあに？」と聞く子どもたちが多かったです。



ポロネーゼは、イタリアのポローニャ地方が発祥です。牛のひき肉、玉ねぎやにんじんなどの材料を煮込み、スパゲティとあえて食べることが多いようですが、今回はじゃがいもを加えてポロネーゼ風に作っているそうです。

### 3/5(火):「肉豆腐」

#### 「ブルーベリーゼリー」

神石牛がやわらかくておいしかったですね。赤飯が苦手な児童もいましたが、がんばって食べていました。



### 2/19(金): ◇冬野菜カレー ◇白菜サラダ ◇いちご ◇牛乳

白菜も油木高校の生徒さんが作られています。とても大きくて立派な白菜でした。



町内産のれんこんが入ったカレーでした。歯ごたえがあって、おいしかったね。

## 6年生「リクエストメニューベスト1」紹介

主食 (ごはん・パン・めん類)	わかめごはん
主菜 (主なおかず)	コロッケ (かぼちゃコロッケになります。)
副菜 (野菜のおかず・汁物)	たまごスープ (春雨がかわります。)
デザート・果物	エクレア

人気のメニュー1位だけを紹介しましたが、リクエストのひとつだった「みそ汁」については、色々な具材が入ったみそ汁が登場します。玉ねぎのみそ汁、大根のみそ汁、わかめのみそ汁など…調理実習で自分たちが作ったみそ汁も、思い出がいっぱいですね。6年生のみなさん、中学校でもしっかり食べて、元気に過ごしてくださいね。



保護者のみなさま、今年度も学校給食にかかわり、ご支援ご協力をいただきまして、ありがとうございました。

給食先生、いつもおいしい給食を作ってくださいまして、ありがとうございました！