



根郷中HPで
「簡単おせち料理」
を紹介しています♪



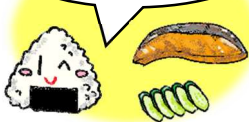
早いもので今年も残すところあと少しですね。感染症の流行が心配な季節ですが、規則正しい生活とバランスの良い食事を心がけて元気に過ごしたいですね。また家族で過ごす機会も多い冬休み、昔から伝えられてきた年末年始ならではの行事食を家族みんなで楽しんでみてはいかがでしょうか(*^-^*)

1月24日～30日は、『全国学校給食週間』です



明治22年山形県の小学校で始まったとされる学校給食ですが、戦争による中止や様々な歴史をたどり、現在まで続いています。
『全国学校給食週間』は、戦後アメリカの支援団体からの援助により、学校給食が再開されたことを記念して定められました。

はじめての給食は、おにぎりと
焼き魚と漬物だったそうです。



現在、食習慣の乱れ、偏った食事による肥満や生活習慣病の増加など、子どもたちの健康状態が心配されます。

学校給食は、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身に付けるために「生きた教材」として重要な役割を果たしています。

佐倉市統一献立

～育て元気なさくらっ子～



24日～30日の全国学校給食週間に、佐倉市内全校で統一献立を実施します。この日の給食は、「地産地消」をテーマに、佐倉市産の旬の食材をふんだんに使ったメニューです。

市内の小中学生が同じメニューを食べることをきっかけに、学校給食や佐倉市産の食材について興味関心をもつとともに、佐倉の良さに気づき、愛着が一層深まる機会となればと考えています。



ラッキー人参★ニュース

クリスマス献立の日に、「ラッキー人参チャレンジ」をサフライズで実施しました。今回、星形人参をゲットしたラッキーさんは、こちらのみなさんです♪



今回のラッキーさんのリクエストメニューは、2月に登場します！



給食コ/コ/裏話

～「森のタリト」は
キ/コ+だよ♡～の巻



森のタリトのイラスト

第2期

★キングオブ完食賞★

第1位 3年1組(67回)

第2位 3年2組(65回)

第3位 3年3組(52回)

★特別賞★

1年2組

(1期2回→2期15回)

3年1組は、なんと残菜ゼロのパーフェクト優勝！トップ3を3年生が独占する結果となりましたが、1、2年生も完食する日が増えて、全体の残菜もグーンと減っています！その中でも、1期から2期で完食回数が1番増えた1年2組を特別賞に選びました。

～佐倉市学校栄養士会～

給食レシピで朝ベジ♪

<材料4人分>

・白ねぎ(薄いなめ切り)・・・1/2 本
・ほうれん草(2cm幅)・・・1/2 束
・もやし(よく洗う)・・・1 個
・人参(せん切り)・・・太い部分 2 cm
・いりごま・・・大さじ1

・しょうゆ・・・大さじ1
・塩・・・ひとつまみ
・砂糖・・・大さじ 1/2
・酢・・・大さじ 2/3
・ごま油・・・大さじ1
・七味唐辛子・・・少々



1/9(金)の献立で登場します。

★ねぎのナムル

冬のねぎは
甘みが増えて
おいしくなります。

<作り方>

- ①人参・もやし、ほうれん草、ねぎはゆであと水にとって冷まし、水気をしぼっておく。
- ②Aの材料を合わせ、①とごまからめてできあがり。

*同じなべで一気に入ゆえる時は、人参・もやし・ほうれん草→ねぎの順で入れるとよいです。

*ねぎはすぐに火が通るので、さっとお湯にくぐらせる程度でOKです。

*ドレッシングの量はお好みで調整してください。

