



# パッケンチョ!



食育だより担当	3月の目標	
栄養士：又吉	食育	1年間の給食をふり返ろう
978-2103 (勝連給食センター)		

## 今年度の食育の取組

「全国学校給食週間」に「うるま市むんを味わおう！」をテーマにした使用した給食を提供しました!

### ねんかん 1年間、ありがとうございました



3学期の給食も、残りわずかとなりましたね。4月と比べると、だんだんと食べ残しが減り、苦手な食べものも頑張って食べられる子ども達が増えてきています。子ども達が心身共に成長していることを給食をとおして感じた一年でした。

3月は、今年度を締めくくる月となりますので、ぜひご家庭でも1年間の給食について話しをする機会を設けていたたけるとうれしいです。また、3学期が終了後は春休みになります。休み期間中も規則正しい食生活を心がけ、楽しく過ごしましょう。春休みを利用して自分で料理を作ったり、親子で料理を作る機会にするのもよいですね♪

保護者のみなさま、今年度も給食運営のご理解とご協力ありがとうございました。引き続き、子ども達に魅力ある安心・安全な給食を提供できるよう、職員一丸となって務めてまいりますので、よろしくお願いいたします。



卒業生の皆さんは、いよいよ卒業…本校の給食ともお別れです。日々の給食から、どのようなことを感じ、学びましたか? 食べることを大切にすることは、自分自身を大切にすることにつながります。給食から学んだことを生かし、健康で充実した毎日を送ってほしいと願っています。給食センターでは、卒業生を対象に下記のとおり卒業バイキングを予定しております。

2月24日(木)  
南原小学校  
6年生

3月10日(木)  
勝連小学校  
6年生

3月17日(木)  
平敷屋小学校  
6年生

右側のQRコードをクリックすると、給食のレシピを検索することができます。QRコードを読み取り、給食センターのホームページから「勝連給食センター」の「給食レシピを」をクリックすると、給食のレシピを見ることができます。

今月は、「かっちゃん牛のしぐれ煮」「パイアの炊込みごはん」の作り方を紹介しています!ぜひお試しください☆

レシピを検索



日	献立名	献立写真	うるま市の食材	アピールポイント
1月24日(月)	・牛乳 ・黄人参のチャーハン ・もずくと山芋のみそ汁 ・魚のお茶天ぷら ・たんかん		・山芋 ・ねぎ ・たまご	うるま市石川産の「山芋」は、形に特徴があり、大きいもので10kg以上のものが収穫できます。
1月25日(火)	・牛乳 ・もちきびごはん ・ソーキ汁 ・タマナーチャンプルー ・大根菜ふりかけ ・くがに一		・キャベツ ・ニラ	地元の平敷屋で収穫される「ニラ」を使用しました。
1月26日(水)	・牛乳 ・うるまそば ・ビーグ入りアガラサー ・ハンダマとセイカの みそ和え		・キャベツ ・もやし ・ねぎ ・練かまぼこ ・ビーグ粉 ・ハンダマ	うるまそばは、うるま市産の野菜と、うるま市産の食材のみで作ったかまぼこが入っています。アガラサーに入っているビーグは、うるま市産で栽培されている「ビーグ(小麦)」を食品用に加工したものを使用しました。
1月27日(木)	・牛乳 ・もずくパン ・黄金芋のクリームスープ ・くがに卵のオムレツ ・たんかんどレッシング サラダ		・もずく ・黄金芋 ・セロリ ・パセリ ・くがに たまご	うるま市宮城島で栽培されている黄金芋を使用したスープは、人気のメニューです。「くがにたまご」は、黄金芋をエサに加えて育てられた鶏の卵です。
1月28日(金)	・牛乳 ・ぬちまーすごはん ・ソブサー ・魚の照り焼き ・マーミナウサチー		・ぬちまーす ・もやし ・みそ	ぬちまーすは、うるま市を代表する特産品の一つです。みそは、JAの婦人部が作った手作りみそを使用しています。