



学校給食週間の取り組み

宇土市学校給食センターでは、1月23日～29日までを学校給食週間として、テーマに沿った献立を実施したり、栄養教諭が各学校で食に関する指導や給食集会に参加したりして、食への興味・関心が高まる機会となるようにさまざまな取り組みを行いました。



食に関する授業の様子（花園小2年生）



給食ができるまでをライブ配信

Let's Cook!



2月の給食メニュー

大分名物「トリニータ丼」をアレンジ！

鶏丼



<材料> 4人分

- 鶏もも肉 300～350g
- 清酒 5g（小さじ1）
- 塩・白こしょう 少々
- じゃがいもでん粉 適量
- コーンスターチ 適量
- 揚げ油 適量
- たまねぎ 120g
- にんじん 30g
- にら 25g
- おろしにんにく 少々
- おろししょうが 少々
- 清酒 3g（小さじ1/2程度）
- コチジャン 6g（小さじ1強）
- こいくちしょうゆ 24g（大さじ1強）
- 三温糖 5g（小さじ1）
- みりん 6g（小さじ1）
- ごま油 4g（小さじ1）

<作り方>

- 鶏もも肉は一口大に切り、酒・塩・白こしょうで下味をつけておく。
- じゃがいもでん粉とコーンスターチ（なければじゃがいもでん粉だけでよい）を混ぜたものを①にまぶし、170～180℃に熱した油でからりと揚げる。
- たまねぎはスライス、にんじんは千切り、にらは2～3cmの長さに切る。
- フライパンにごま油を熱し、おろしにんにくとおろししょうがを入れて香りを出す。にんじん、たまねぎを入れて炒め、火が通ったら調味料Aを入れて味を調える。
- ④のあん（野菜+調味料）の中に②とにらを入れてからめ、全体がなじんだらできあがり。

地産地消とは、「地域で生産されたものを、地域で消費する」という取り組みで、私たちが買い物をするときに、生産者の顔が見えることで野菜などを安心して買うことができます。また、遠くから輸送しないので新鮮な状態で手に入るだけでなく、環境への負担を減らすことにもつながっています。宇土市学校給食センターでも、積極的に宇土市の食材を取り入れるように心がけています。



地産地消について知ろう

宇土

ぱくぱく通信

給食センター
作成者：松尾



宇土市学校給食センターの取組



令和4年度からスタートした「うどんうまかデー」では、毎月1～2品目の宇土産青果物を取り入れています（令和7年度実績 18品目）。今年度は新たな取り組みとして、うどんうまかデーに合わせて生産者との交流会を各学校で実施しており、子どもたちに宇土市の良さや地場産物を知ってもらうよい機会になっています。また、今年も住吉・網田漁協からのりを無償提供していただけることになりましたので、3月以降の給食で提供していく予定です。

4月		5月		6月	7月
キャベツ	レタス	とうもろこし	メロン	なす/きゅうり	トマトジュース
					
9月	10月	11月	12月		
きくらげ	早生みかん	太秋柿	ほうれん草/ミトマ		
					

各学校での朝ごはんの授業の際に、朝ごはんの内容を聞くと「パン」
(主食のみ)と回答する子どもたちが3割程度みられます。牛乳やヨーグ
ルト、納豆、バナナなど調理不要なものをプラスしたり、前日の夕食の残
りのおかずを活用したりして、ステップアップにチャレンジしてみましょう。

