



# 給食たより



家庭数

NO. 10

令和8年2月

美園中 市川

## ★給食朝礼を実施しました★

1月26日に体育館で「給食朝礼」を行いました。今回のテーマは、【地元農家の方の働く様子や想いを知り、感謝の気持ちと食べる意欲を持とう】として、地元岩槻区で農業を営む飯山さん、中村さんをゲストにお招きしました。飯山さんは、地元の野菜を地元の子どもたちに食べてもらいたいという想いから、農業十八百屋（給食物資専門）の仕事をされています。現在、市内30校の小中学校に自分たちの作った野菜を納めていて、今後はその範囲を増やすことが目標だそうです。

飯山さん（ほうれん草やキャベツ等を栽培）からは、農家としての職業観などをお話いただきましたが、「農家はどれだけの仕事をこなせば良いかのゴールが決まっていないので、自分のモチベーションを高く持つように心がけている」というお話が印象に残りました。中村さん（トマトや枝豆を栽培）は、仕事のやりがいについて、「苦手なトマトも、中村さんのトマトなら食べられる」と言われた時が嬉しいと、生産者ならではの喜びをお話くださいました。

また、当日使うキャベツができるまでのVTRを視聴。大きなキャベツが1粒の種からできること、種を植えてから4か月もかかってようやく1つのキャベツができるなど学び、熱心に聞く様子が見られました。最後には、給食委員からのお礼の言葉を送り、感謝の言葉を綴った色紙を送りました。

この日の給食の時間、お二人は2年2組で給食を一緒に食べいただきました。飯山さんの作ったキャベツは、とても甘味があり、芯まで美味しく食べられます。ぜひ、この朝礼の日の気持ちを忘れず、今後もしっかり食べる美園中を継続できるといいなと思います。

給食委員長より挨拶



いつも美味しい野菜を  
ありがとうございます。



2-2での会食の様子（右奥が中村さん）



2-2の給食委員が招待給食の  
司会進行を務めました



## ★試食会(2回目)を開催しました★

1月20日(火)に今年度2回目の試食会を開催しました。今回の献立は、【カレーパン、牛乳、じゃがいものスープ煮、フルーツヨーグルト】。子どもたちに人気の献立です。試食の前には、【美園中の食育】をテーマに、現在学校で行っている食育について説明しました。献立作成には、毎日テーマ(献立を通して伝えたいこと)を決め、それを給食の時間に「めしあがレター」として伝えていることや、毎年、給食朝会で取り組んでいること(牛乳の栄養素や給食で出る理由をまとめたVTRを視聴)などをお話しました。

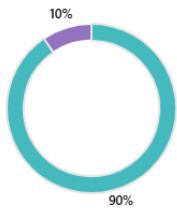
試食では、提供したカレーパンの大きさやカリカリに揚がっていることに驚く方が多く、お褒めのお言葉もいただき、嬉しい気持ちになりました。

ご参加の皆様には、寒い中お越しいただいたこと、熱心にお話を聞いてくださったこと、和やかな雰囲気を作ってくださったことなど、感謝の気持ちでいっぱいです。また、運営にご協力いただきましたPTAの役員の方には、毎回快くご協力いただき、重ねて感謝申し上げます。ご回答いただきましたアンケート結果は、今後の給食運営に活かします。ありがとうございました。



### アンケート結果(回答数 22名)

給食の量はいかがですか



ちょうど良い 90% 多い 10%

味付けはいかがですか



ちょうど良い 100%

今日の献立はいかがですか



良い 100%

### 感想(一部表記を変更しています)

・「牛の寿命は約20年だが、乳牛の場合は、たくさんのミルクを搾るために、5~6年で役目を終え、食肉等に回されること」を知り、衝撃的でした。自分たちが健康に生きるためにいただいた命は無駄にしてはならないと思いました。

・予想より大きなカレーパンに驚きました。辛くなく、美味しかったです。サクサクの衣でした。次回はシチューが食べてみたいです。

・カレーパン美味しかったです。サイズが大きくて食べ方が難しかったです。次は麺類を食べたいです。

・子どもがいつも美園中の給食は美味しいと言っています。食べてみたら毎日こんなに美味しい給食を食べられる子どもたちは幸せだと思います。カレーパンは今まで食べた中で1番美味しかったです。兄、弟と美園中で美味しい給食を食べさせていただけ給食員さんに感謝です。

・娘は小食で、新しい味にチャレンジもなかなかしにくい子なので、給食でいろいろなものを食べて、触れられて、ありがとうございます。

2月はリクエスト給食月間。リクエスト上位は可能な限り、実施します（黄色でマークした料理）。公立高校入試を控え、正念場の3年生の力に少しでもなればと願っています。好きな給食を食べてラストスパート、頑張ってください！

### リクエスト給食結果発表

1位	ココア揚げパン	45票
2位	抹茶揚げパン	39票
3位	きなこ揚げパン	33票 (1月実施済)
4位	手作りカレーパン	24票 (1月実施済)
5位	アップルパイ	23票 (3月予定)
6位	ポークカレー	18票 (2月カツカレーで実施)
7位	ドライカレー	14票
8位	ひつまぶし風ご飯	10票 (3月予定)
9位	手作りメロンパン	9票 (未定)
9位	わかめご飯	9票 (1月実施済)
11位	うま塩キャベツ	8票
11位	ソイ丼	8票 (3月予定)
11位	手作りプリン	8票 (未定)
11位	フルーツパンチ	8票 (1月実施)
15位	白花豆のタルト	7票 (未定)
16位	チョコプリン	6票
17位	キムチ炒飯	5票
18位	うま塩肉じゃが	4票
18位	ブルーベリーマフィン	4票 (未定)



※甘い料理（デザート）が多いため、全ての料理は実施できません。未定は次年度献立作成の参考にさせていただきます。

### ★美園中の人気レシピ紹介★

#### 手作りカレーパン 4人分

バーガーパン 4コ (直径 10cm)

A	豚ひき肉	60g
	玉ねぎ	80g
	にんじん	40g
	ピーマン	20g (小1個)
	油	小さじ1~2
	塩	1g
	こしょう	少々
	コンソメ	小さじ1
	トマトケチャップ	大さじ1
	ウスターソース	大さじ2/3
	カレー粉	小さじ1/2
	小麦粉	小さじ2
B	小麦粉	40g
	カレー粉	小さじ1/2
	水	50~60cc

#### ＜作り方＞

具：Aの材料で作る

①油を熱し、豚肉を炒め、玉ねぎ、にんじんを炒め、火を通す。

②ピーマンを加えしんなりしてたら、調味料を加える。

③小麦粉を散らしながら加え、具の水分をまとめ、冷ましておく

④バーガーパンの切り口に③を均等にのせる。

バッター液：Bの材料を混ぜて作っておく。

パン粉：Cの材料を混ぜて作っておく。

⑤④の切り口面からたっぷりまんべんなくバッター液をつける。

⑥パセリ入りのパン粉をまぶす。

⑦200℃の油で2分程度、両面に色がつくまで揚げる。

C [パン粉 30~40g  
パセリ(乾) 少々]



### 簡単アップルパイ 6コ分

冷凍パイシート	1枚 (130g)
ダイスりんご缶詰	150~180g
グラニュー糖	12~15g
シナモン粉	少々

### <作り方>

- ①冷凍パイシートは解凍して1/6に切る。
- ②りんご缶詰の汁を切り、パイシートの中央に乗せる。
- ③グラニュー糖とシナモンを混ぜたものを②の上にまんべんなくかける
- ④180~200℃のオーブンで15分程度焼く。

※生のりんごがあれば、小さく切って砂糖を加えて煮て作ってもOK

### うま塩肉じゃが 5人分

豚肉 (小間)	200g
おろししょうが	5g
おろしにんにく	5g
にんじん (いちょう)	100g (小1本)
玉ねぎ	250g (中1個)
しらたき (3cm)	150g
じゃがいも (いちょう)	600g (中3個)
こねぎ (小口)	少々
油	小さじ1~2
酒	大さじ1
砂糖	大さじ1
食塩	小さじ2
みりん	小さじ1
かつおだし汁	約200cc
ごま油	小さじ1

### <作り方>

- ①鍋に油を熱し、しょうが、にんにくを炒め、香りが出たら豚肉を炒める。(酒をかけて、豚肉を炒めるとほぐれやすい)
- ②玉ねぎ、にんじんを加え、よく炒める。
- ③しらたき、じゃがいもを炒め、だし汁を加える。
- ④砂糖は先に加え、じゃがいもに火が通ったら、塩を加える。
- ⑤味を見ながら、みりん、ごま油を加え仕上げる。

※かつお節のだしがとれない場合は、和風だしの素でもOK  
その際は味を見ながら、塩を調整してください。

※豚肉はバラ肉も加えて作ると、よりコクが出て美味しいできます。



### ソイ丼 5人分

ご飯	適量
ベーコン (短冊)	25g
豚ひき肉	200g
にんじん (千切り)	60g
ごぼう (半月切り)	50g
玉ねぎ (みじん切り)	150g
春菊 (1cm切り)	30g
大豆水煮	150g
油	小さじ1
酒	大さじ1
砂糖	小さじ2
しょうゆ	大さじ2強
みりん	大さじ1強
水	約150cc
カレールウ	25g
カレー粉	好みで

### <作り方>

- ①鍋に油を熱し、豚肉を炒める。(酒をかけて、豚肉を炒めるとほぐれやすい)
- ②ごぼう、玉ねぎ、にんじんを加えよく炒める。
- ③水を加え、野菜が煮えたら、汁を切った大豆水煮と調味料を加える。
- ④春菊を加え、馴染んだらカレールウを入れる。
- ⑤味を見ながら、カレー粉を加え仕上げる。

※給食では、肉の使用量を抑えるために、ひき肉の一部を大豆ミートに  
変えて実施しています。

※春菊の価格が高い時期は、ピーマンで実施することもあります。

