



食育だより

11月

小倉総合特別支援学校
2021・11・4 文責：立花



11月24日は
「和食の日」

【 新鮮な食材と味わいをいかす知恵と技 】

海に囲まれた温暖な気候の日本には、地域ごとに多くの新鮮な食材と、その味わいをいかす調理の知恵（技術・道具）があります。海ではサンマ、タイ、アジ、イワシ、カツオなどの魚や、海藻、貝などの新鮮な海産物が豊富です。また南北に長い地形では、じゃがいも、大根、小松菜 さつまいも等の数多くの農産物が収穫されています。和食はこうしたかけがえのない食材から生まれた大切な食文化です。

和食は健康的であり、季節の旬の食材を使い、目にも楽しい食文化です。給食でも和食の献立を積極的に取り入れています。昆布・いりこ・かつお節でだしをとったり、地元の野菜を使ったりして、おいしい和食の提供に心がけています。



11月19日（金）《食育の日・だしで味わう和食献立》

ご飯・牛乳・さばのホイル焼き・野菜のゆず香和え・のっぺい汁
「のっぺい汁」

いりこでじっくりだしを取り、さといも・だいこんにんじん・かつお菜等の冬野菜を煮て、油揚げを加え、しょうゆ・塩で味をととのえます。



水溶きでん粉を入れて仕上げるので、とろみがあり、汁が冷めにくく、体の温まる汁物です。

平成17年に「食育基本法」が制定・施行され、「食育推進基本計画」により、毎月19日は食育の日と定められました。



《 お知らせ 》

いのちのたび博物館で本校の給食が展示されます！



歴史ぽけっとミュージアム企画展

開催時期 令和3年11月6日～令和4年3月31日

「わくわくタイムトラベル いま・むかし」のコーナーの中に、新旧の献立を展示。

- ・ 肢体不自由特別支援学校の6段階の食形態の給食（普通食・そしゃく食・押しつぶし食・嚥下食Ⅱ・嚥下食Ⅰ・開始食）の紹介、ムース作りのパネル
- ・ 本校の5段階の給食の食品サンプル展示

いのちのたび博物館の入場料は必要ですが、来年の3月末まで開催されていますので、出かける機会がありましたら、是非、お立ち寄りください。