

平成 26 年 12 月 3 日 (水)
北九州市立大原小学校
学校栄養職員 竹崎 万里子

大原小学校 2 学期残菜ゼロ運動

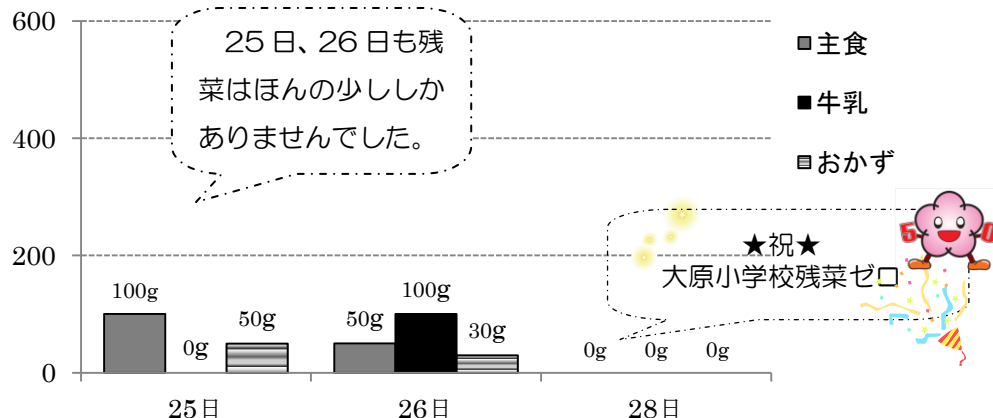
11 月 25、26、28 日の 3 日間、大原小学校では、今年度第 2 回目の残菜ゼロ運動に取り組みました。残菜ゼロ運動とは、クラスで協力して、給食の残菜をゼロにしようとする取組です。今回の残菜ゼロ運動では、見事、10 クラスで 3 日間残菜がゼロになりました。そして今回、残菜ゼロ運動 3 日目に全クラスで残菜がゼロになり、まったく残菜が大原小学校に残りませんでした。残菜ゼロ運動始めて以来の快挙でした。3 年間の取り組みの継続が実を結びました。

今後も残菜ゼロ運動をきっかけに、苦手なものでも食べようと頑張る子どもや、残菜をなくしようとする意識が各クラスで高まることを期待しています。



残菜ゼロ運動の期間中は、給食委員会も活躍しました。

○残菜ゼロ運動期間中の給食の残量○



○残菜ゼロ運動結果発表○

3 日間残菜がゼロだったクラスには金賞、2 日間残菜がゼロだったクラスには銀賞、1 日残菜がゼロだったクラスには銅賞の表彰状を送りました。

【金賞】 1の1、1の2、2の1、2の2
3の1、4の1、4の2、5の1
6の1、6の2

【銀賞】 5の2

【銅賞】 3の2



お楽しみ献立レシピ紹介

11 月 28 日にカレーうどんが給食に登場しました。給食のカレーうどんのルーは小麦粉から手作りしています。ご家庭でもぜひ作ってみてください。

＜材料＞ 1 人分

- ・乾めん 30g
- ・牛肉 20g
- ・ガーリック 0.01g
- ・サラダ油 1g
- ・たまねぎ 30g
- ・にんじん 10g
- ・白ねぎ 10g

＜ルーの作り方＞

- ① 小麦粉は、ふるっておく。
- ② 小麦粉は、弱火でこがさない様に褐色になるまでからいりし、カレー粉を加えて火を止め、混ぜる。
- ③ フライパンにマーガリンを入れて溶かし、②をふるいながら入れて炒め、湯（煮汁）を何度かに分けて加え、なめらかになるまでのばす。

＜カレーうどんの作り方＞

- ・小麦粉 4g
 - ・カレー粉 0.7g
 - ・マーガリン 4g
 - ・煮汁 適量
 - ・シュレットチーズ 3g
 - ・トマトケチャップ 0.5g
 - ・砂糖 0.2g
 - ・ウスターソース 1.5g
 - ・コンソメスープのもと 2g
 - ・ローレル 0.01g
 - ・水 120ml
 - ・塩 0.1g
- ① サラダ油を熱し、牛肉、ガーリックを炒め、あく、油をとる。
 - ② たまねぎ、にんじんを入れ、炒め、湯を入れ、煮る。
 - ③ あく、油をとり、コンソメスープのもとを入れ、煮る。
 - ④ 野菜が煮えたらシュレットチーズを入れ、調味し、煮る。
 - ⑤ カレールーを入れ、煮込む。
 - ⑥ ゆでた麺を入れ、煮る。
 - ⑦ 白ねぎ、ローレルを加えて煮る。
 - ⑧ 塩で味をととのえる。