

きもちのよい季節になりました。新しい学年になってちょっと誇らしげな子どもたちは、いろいろ新しい体験を重ねています。高3、中3の修学旅行もあります。それに合わせた給食献立も実施しています。食事を通して他学部や他学年の活動を子どもたちに伝えていきたいと思ひます。

給食



こうとうぶ しょうがく りょうこう おきなわけん
 高等部の修学旅行は沖縄県です。「ジュシー（にこみごはん）」を作りました。

ちゅうがくぶ しょうがく りょうこう どうきょう
 中学部の修学旅行は、東京と鎌倉市です。



おきなわ たいげんかくしゅうつく
 沖縄の体験学習で作った黒砂糖をいただきました。何作ろうかな？

かまくら どんつく
 かまくら丼を作りました。エビフライに親子どんぶりの鶏肉のない具をかけたものです。とても好評でした。

まめむきたいかい



しょうがくぶ では、今年もうすいえんどうの「まめむきたいかい」を実施しました。豆ののがてな人も食べられるようになってきています。豆を「たくさん食べる」という人がふえてきました。

ぶんかん まめ たいかい
 3分間の豆むき大会は、6年生の花田せんせい、はなだせんせいらさんが27個で優勝しました。

調理

5月になって木曜日の調理実習、しゅくはくくんとんしょくじつづく 宿泊訓練の食事作りが実施されています。一人調理やグループ調理、すきな料理や初めての調理、包丁の使い方や分量の量り方など目的やねらいはそれぞれです。そして、料理はあじつ 味付けが大切です。味見をしてから、人に食べてもらうようにしましょう。



じぶんたちで作る料理は、とてもおいしいですね。野菜が入ってるかな？ちょっと考えて作りましょう。

味付けの基本は、さ・し・す・せ・そ！ です。

さ 砂糖は最初に

砂糖はなかなかひき込まないから最初からね。

し 塩は2番目に

塩はひっくりひき混ぜるとおいしいからね。

す 酢は後から

酢は後から（熱くしてから）熱くしてから入れるとおいしいよ。

せ しょうゆは後から

しょうゆは後から 良い香りさなくさないよ。

みそ みそは出来上がる直前に

熱く、たんぱく質が変化しないからね。

しょうゆ 調味料は、味付けだけでなく、調理をしていく中でさまざまな役割をしています。調味料を順番に使うことは、味も香りも楽しめて、少ない量でおいしい料理が出来上がります。

5月11日に新1年生の保護者給食試食会を実施しました。給食の説明をし、お母さんたちから意見や心配なことを聞かせていただきました。骨付きの魚や肉が苦手な人もいます。今は、苦手な食べ物を牛乳や汁物で流しこんで食べてしまわないで、しっかりかんで食べることを指導しています。かむことによって口に入った異物（骨や果物の種）を探せる練習をしてもらいたいと思っています。