

食育だより



和歌山大学教育学部附属特別支援学校

阪神・淡路大震災から20年



今年の1月17日で、阪神・淡路大震災から20年がたちました。日本は地震の多い国です。日頃から災害への備えを心がけておきたいですね。

大きなお鍋でいろいろな食材を一緒に煮こんで、おいしく食べることができる「すいとん」は、あたたかくて栄養があるため、災害の時などに炊き出しをして、みんなで食べるのが多い料理です。

「食べること」は、人々が生きていく上で、とても大切なことです。

200個をこえるおにぎりをラップにつつまながらつくりました。



小麦粉と水でこねたすいとんの生地をひとつずつ釜の中へ落として煮込みました。



1月16日の給食
牛乳 わかめおにぎり すいとん 焼き芋 みかん



和歌山県の特産物

和歌山県の特産物として、みかん、うめ梅、はよく知られていますが、他にも柿、いちじく、もも、キウイ、など様々なくだものが、和歌山県で収穫されています。

また、海に面しているため漁業も盛んで、カツオ、まぐろ、たちうお、さばなどたくさん漁獲されています。

1月27日の給食は、和歌山県の特産物を使った献立
うめ梅ごはん、さばの塩焼き
すろっぼ(和歌山市の郷土料理)、みそ汁です。

普段の給食の魚は、安全のため、あらかじめ骨を取り除いていますが、今回の魚は骨がついたままです。よく確認して食べましょう。

