

平成26年

6月

食育だより



和歌山大学教育学部附属特別支援学校

梅雨に入り、不安定な天気が多くなりました。これからの季節、気温や湿度が上がり食中毒の発生がとても心配です。また、天気によって気温の差が大きく、体調も崩しやすいです。食事の前や、外から帰った時には、手洗いうがいを忘れずに、体調管理を行いましょう。

食育月間の学校給食

6月は「食育月間」です。給食では、和歌山県の食材を使った献立がたくさん登場しました。

6月18日 くじらの香味ソース



和歌山県の太地町は、日本の捕鯨発祥の地として有名です。給食では、南極海のミンク鯨を使っていましたが、南極海での調査捕鯨は中止されることになりました。今後の給食の鯨は、北西太平洋での調査捕鯨のイワシ鯨、ニタリ鯨を使用することになります。

6月20日 白身魚の梅ソース

白身魚の素揚げの上に
和歌山県の梅干しで作った
梅ソースをかけました。



6月23日 たちうおの塩焼き

和歌山県で水揚げされた
たちうおの塩焼きです。



6月25日は、すさみ町のいのぶたを使ったしょうが焼き、6月27日は和歌山県の梅どりの梅酢揚げです。

梅ジュース作り



6月16日 小学部の皆さんが、和歌山県の梅を使って梅ジュースを仕込みました。梅の穴あけや、へたとりなど、真剣に取り組みました。ジュースができあがるまで、当番でピンを振り中身を混ぜます。

おいしいジュースにできあがるかな？
とっても楽しみです！



県食育キャラクター「うめりん」

和歌山県の収穫量は日本一！

南高梅は、和歌山県を代表する梅の品種です。実が大きくて、種が小さい、皮が薄いなど、他の梅とは、ひと味ちがうんです。梅の実に含まれるクエン酸には
いろいろな効果があります。

- ・疲れをとる
- ・食欲がわく
- ・食中毒を防ぐ

