



◎ 11月8日は とちのう給食DAY ◎



くわしくはコチラ

11月8日に、とちのう給食DAYとして、生徒たちが作った食材を学校給食で提供します。
献立:もち麦入りごはん 牛乳 サイコロステーキ 栃農で育てた野菜のサラダ 大根と白菜のみそ汁
使用する食材のうち、栃木農業高校の生徒が育てた米・もち麦・牛肉・キャベツ・ブロッコリー・たまねぎ・大根・白菜と大豆から作ったみそを使っています。

◎ みずかな「SDGs」について ◎

ここ数年で、「SDGs」という言葉をよく目にするようになりました。SDGsとは「持続可能な開発目標(Sustainable Development Goals)」を略した言葉で、国際連合に加盟する193の国々が、2030年までに達成すべき17の目標です。現在、世界では気候変動、飢餓、紛争、感染症など、さまざまな課題を抱えています。これらを解決し、世界中のすべての人びとが、安心して暮らし続けられる社会を目指すものです。

日常生活の中で、できることから取り組んでみませんか？

学校給食における SDGs 給食ではこんなことに取り組んでいます！

Four panels illustrating SDG goals in school lunches: 1. Nutritional balance (献立を調整しています), 2. Safe food (安心して食べられるよう衛生的に調理しています), 3. Local products (地産地消を推進しています), 4. Shared meals (みんなで同じものを食べることができます).

給食時間にできる SDGs の取り組み 一人ひとりが意識してみよう！

Four panels illustrating individual SDG actions: 1. Adjusting portion sizes (自分が食べられる量を考え、食べる前に調整する), 2. Learning about balanced diets (給食から、バランスのよい食事について学ぶ), 3. Using dishes properly (食器を大切に使う), 4. Leaving no food behind (食べられる人は、なるべく残さず食べる).

◎ リクエスト献立 ◎

11月は、大平南 中学校のリクエスト献立です。
20日 テーマ「秋のもり盛りメニュー」 秋のおいしい物を取り入れました。
献立：さつまいもごはん ごま塩 牛乳 さばのみそ煮 こんにゃくサラダ 豚汁 りんごゼリー
29日「秋のもり盛りメニュー」 みんなの夢をかなえました！！ヤッター！旬の栗とさつま芋を使いました。
献立：栗ごはん ごま塩 牛乳 とりのから揚げ 枝豆 きのコスブ スイートポテト



◎ 食育の授業 ◎

←10/10大平中3年生



「感染症と体の抵抗力～保健のこれまでの学習を使って、食について考えよう」の保健体育科(保健分野)の授業を保健体育教諭と栄養教諭で実施しました。生徒は「どうすれば効率の良いエネルギー補給方法が見つけれられるか知りたいと思った。」「骨を作るにあたって、食事・運動・睡眠をしっかりとして高齢になっても走れるように頑張る。」などと感想を書いていました。

9/19大平中央小1年生⇒

「給食はどうやってできるのかな」の授業を担当と学校栄養士で実施しました。児童は「お玉が大きくてびっくりした。重たかった。」「調理員さんが作ってくれるから、苦手なものも食べられるようになりたい。」「調理員さんのようによく手洗いたい。」「給食当番をがんばりたい。」などと感想を書いていました。



身近な「SDGs」を意識してみませんか？

SDGs 17の目標

- 1 貧困をなくそう
2 飢餓をゼロに
3 すべての人に健康と福祉を
4 質の高い教育をみんなに
5 ジェンダー平等を実現しよう
6 安全な水とトイレを世界中に
7 エネルギーをみんなに そしてクリーンに
8 働きがいも経済成長も
9 産業と技術革新の基盤を作ろう
10 人や国の不平等をなくそう
11 住み続けられるまちづくりを
12 つくる責任 つかう責任
13 気候変動に具体的な対策を
14 海の豊かさを守ろう
15 陸の豊かさを守ろう
16 平和と公正をすべての人に
17 パートナリシップで目標を達成しよう

◎ 給食レシピ紹介 ◎

季節の野菜を使った

磯香和え

◇材料(4人分)

- ・ほうれん草・・・80g (半束) 3cm幅に切る
・白菜・・・140g (2枚くらい) ざく切り
・のり・・・1/2枚 1cm角くらいにちぎる
・みりん・・・小さじ1/2 煮切っておく
・しょうゆ・・・大さじ1

◇作り方

- ①白菜とほうれん草をゆでて、ざるにあげて水気を切って冷ます。
②しょうゆ、みりん、のりを①と和えて完成。

◇おすすめポイント 10月11日の大平中リクエストのメニューでした。「のりの香りと味が良くごはんが進みました。」などの感想をいただいています。