



給食だより



岩沼市立岩沼北中学校
令和5年10月31日
文責 栄養士 本田 薫

ふるさとの食文化を知ろう？



「和食；日本人の伝統的な食文化」が、ユネスコ無形文化財に登録されてから、今年（2023年）で10周年を迎えます。日本には、春・夏・秋・冬の四季があり、地域によって異なる気候風土のもとに、さまざまな食文化が育まれてきました。中でも、微生物によって保存性やおいしさを高めた「発酵食品」は和食には欠かせないもので、各地で食べ継がれてきた地域特有の食品が多くあります。



日本の伝統的な発酵食品



しょうゆ



みそ



酢



酒



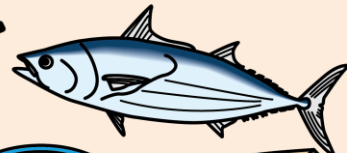
みりん



漬物



納豆



塩辛



かつお節

栄養士実習生がきました

栄養士になるために、10月16日（月）から1週間、2名の学生が実習を行いました。短い期間でしたが、二人とも意欲的に実習に取り組み、生徒や調理員さんともすぐに打ち解け、最後は名残惜しい別れだったようです。

調理場での実習の他に、片平先生には特別支援学級で「宮城県の郷土料理「ずんだ」を作ろう」という調理実習を、杉岡先生には1年2組と特別支援学級で「好き嫌いしないで食べよう」というテーマで給食時間の食指導も行いました。



1年2組 「好き嫌いしないで食べよう」



特別支援学級
「ずんだ」を作ろう



調理場での実習

北中の畑で「大根」を育てました

9月上旬、特別支援学級で植えをした「大根」が大きく育ちました。10月31日から給食で登場します！

サラダやみそ汁、おでんなどの料理で使う予定です。

特別支援学級のみなさんが一生懸命お世話をしてくれました。おいしくいただきます。

