

# 給食通信

不定期発行 第 1 号  
令和6年 4 月30日  
文責 栄養教諭 瀬川

## ～新入生が初めて食べる稲穂の給食～

入学式の翌日から新入生の給食が開始しました。

本校では新入生が最初に食べる給食はカレーライスと決めています。

理由のひとつとして、入学式で知り合ったばかりの人と食事を共にすることは、かなりのストレスがかかります。自分が知っているメニューであれば、盛り付けや配膳、実食、下膳もストレスなく、ほんの少しだけ緊張も和らぐのではないのでしょうか。という思いからです。

給食は、お互いを思いやり、配膳作業を通して協力する力を養う場でもありますが、それ以上に、生徒同士が同じ食事を囲み、楽しい時間を共に過ごすことが大切だと考えています。生徒にとって、給食時間が少しでも楽しい時間を感じるができるように、調理スタッフ一同頑張りたいと思っています。

### ★新入生初日の給食 : 令和6年4月10日(水)

稲穂のカレーは2種類のルーをブレンドし、トマトをたっぷり使用しています。



【こんだて】

★カレーライス

(ごはんは押し麦入りです)

★わかめサラダ

★果物 清見オレンジ ★牛乳

### ★後日の給食

4月11日(木) わかめごはん、いわしのつみれ汁、たまご豆腐、切り干し大根バリバリサラダは、盛り付け作業がたくさんありました。



4月12日(金) クリームパスタ、あさりのカリッとサラダ、フルーツポンチです。一週間に1回、めん料理の日があります。



4月17日(水) 好きです北海道メニュー:帯広市のご当地グルメ、中華ちらし、さつま汁、十勝大豆コロッケ、ホワイトミニーです。月に1回程度日本各地の郷土料理やご当地グルメを出しています。



# 給食通信

不定期発行 第 2 号  
令和6年 6 月 3 日  
文責 栄養教諭 瀬川

## ～生徒が創作する学校給食メニューは～

学校給食は級友と同じものを共に食べることで、連帯感や仲間意識を高める場でもありますが、献立によっては個人の感性による創作的なメニューを展開することができます。

食事の盛り付け方の違いで、味に変化を感じることや、いつも一緒に食べている人以外と食事をして、雰囲気によっては味が変わることもあるのではないのでしょうか。

学校給食には自分で組み立てる献立があり、その時自分の感性で食材を組み立てることで、同じ食材を使っても全く違う形や味に変化できます。

他の人と同じ食材を使い、違う形になったメニューを目視し、その違いから得た視覚情報により生徒同士で感性を高め、よりよいものを作る向上心や他者理解へつながるかもしれません。

短い給食時間ですが、生徒の創作意欲が高まるメニューは授業につながるひとつの要素になると考えています。

5枚入り 1 袋の焼き海苔は、炊き込みいなり寿司や手巻き寿司などで使用します。

いなり寿司と明記していますが、給食では甘辛く煮た油揚げなどの具を酢飯に混ぜ込んだごはんです。のりを巻いて手巻き寿司のように食べる、ちぎって上にかける、のりをそのまま食べると、どの食べ方でもおいしくいただけるので、生徒は色々工夫をしていたようです。



パンのメニューは、おかずを挟むサンドイッチタイプが、各生徒の創作意欲を高めるようです。

具を挟まず、各料理を食べながらパンを食べていたり、パンを上下真ん中で分けて具をのせたオープンサンド式にしたり、バーガー型にするなど、色々な食べ方で楽しんでいました。5月は手作りメンチカツと千切りきゃべつ、ミネストローネとパンスパンを提供しました。



## ～「アイスクリームの日」記念寄贈について～



今年も北海道アイスクリーム協会様より、5月のアイスクリームの記念日に併せて氷菓をいただきました。

現場実習や見学旅行等で疲れていた人は、おいしい氷菓でリフレッシュできました。

北海道アイスクリーム協会様、ごちそうさまです！

フタバ食品さんの「サクレレモン」は、給食のデザートとしていただきました♪  
がたんらーメンとの相性は最高！と生徒たちは大喜びでした。

# 給食通信

不定期発行 第3号  
令和6年10月10日  
文責 栄養教諭 瀬川

## ～ 保護者給食試食会 ～

9月12日（木）全学年保護者対象の給食試食会を開きました。

和やかな雰囲気の中、生徒が実施している給食の身支度から給食配膳、下膳までの流れを実際に体験していただきました。

保護者の皆様が子供の頃に体験してきた給食メニューとの違いを感じていただけたことと思います。

ご参加いただいた保護者の皆様、ご多忙の中、給食体験していただきありがとうございました！

### ★給食配膳体験

配膳作業の身支度はエプロン、マスク、三角巾が必須アイテムです。



### ★給食を実食

今回、タンパク質、鉄分、カルシウムを補うための納豆を追加できる形でスープカレーをご試食していただきました。



## ～ 一日防災学校の給食 ～

8月28日（水）に一日防災学校が行われました。この日は非常食の給食体験を実施し、冷水で戻したアルファ米や乾物を利用したサラダ、レトルト非常食を提供しました。自分たちが災害に遭遇した場合について考えることができたと思います。



下記の写真はアルファ米を学級ごとに計量し冷水を加えて、食べられるようになるまで1時間かかることを調理員が体験している様子です。普段使用しないアルファ米なので、緊急時対応の訓練ができました。

# 給食通信

不定期発行 第 4 号  
令和 7 年 1 月 29 日  
文責 栄養教諭 瀬川

## ～ 令和 6 年度のイベント給食について ～

### ★ 令和 6 年度「想い DE いなほメニュー」

毎年 3 学年になると、卒業前に家庭科で学んだ栄養素の学習の締めくくりとして、給食献立を考えてもらっています。

今年も教科グループごとに、どんな献立にするか、栄養素に過不足がないか、金額や調理作業は可能かなどを検討、相談しながら「想い DE いなほメニュー」が完成しました。

3 年生だけでなく後輩や職員にも、楽しい思い出のひとつになったと思います。

左上から、A グループ考案「ポークカレー 小松菜とベーコンのサラダ ソフトール」B グループ考案「チーズハンバーガー ほうれん草スープ ハーブポテト みかんゼリー」C グループ考案「味噌カツ丼 青菜のトロみ汁 ひじきサラダ パナナ」D グループ考案「しょうゆラーメン もやしとチャーシューの和え物 はちみつレモンゼリー」です。  
考案した理由等を当日校内放送で発表してもらいました。



### ★ 「学校祭応援メニュー」

学校祭で生徒のみなさんが活躍できるように、1 週間前から「元気がでる」をテーマにした給食を作ります。メニューの目的や特徴を掲示し、学校祭開始前の月曜日から土曜日まで学校祭応援メニューの給食を提供しました。



# 給食通信

不定期発行 第 5 号  
令和 7 年 3 月 3 日  
文責 栄養教諭 瀬川

## ～ 郷土料理・ご当地グルメの紹介について ～

今年度給食で作成した郷土料理・ご当地グルメの一部です。ご家庭で作りやすい内容を考慮し、学校給食として提供しています。



・札幌スープカレー



・秋田県きいたんぽ鍋



・神奈川県サンマーめん



・室蘭カレーラーメン



・群馬県すいとん汁



・長野県黒部ダムちくわカレー



・宮城県はっと汁



・鹿児島県奄美大島鶏飯



・帯広中華ちらし

本校の給食は月に1回程度、各地の郷土料理やご当地グルメを紹介しています。

日本が作ってきた文化や歴史の継承についての説明は「食べて知る」ことで理解が深まると感じています。

料理を通して知っていただきたい情報を校内放送で聞いて知る、見る、香りや味わうことで想像を膨らませ、生徒が考え行動するなどのきっかけ作りを目的としています。

「食べることは生きること」ですが、給食は身体の栄養補給や級友との交流の場であり、食の知識や文化を「知る」ことは、心の栄養と考えています。

生徒の心の栄養が周囲の人と食を通じ会話することで、周囲の人も心の栄養を満ちし、お互いの関係が更に良好になれるよう考慮して取り組んだ「郷土料理・ご当地グルメ」給食でした。