

# 食べて元気!

平成27年11月5日  
向東小学校 給食室 No.7  
発行: 栄養教諭 石田恵美



10月20日に、PTA厚生委員会主催の給食試食会がありました。今年3年目となる「ひろしま給食」の日に試食会を計画してくださいました。参観日ではありませんでしたが、30名の申込みがありました。

役員の皆様、お世話になりました。(アンケート結果を裏面にのせています。)



## おいしいねえ 笑顔広がる ひろしま給食

### 給食試食会がありました!



いちじくゼリー

ごまあえ

まんさい! ひろしまごはん

くずかけ



小学5年生の子が考えたオリジナルメニューなんだね。おいしかったよ! おかわりに並んだんだ。でも、寿司飯が苦手な人は白いご飯のほうが食べやすいと思うよ。低学年は苦手な子が多かったみたいだね。レモンがよくきいていたみたい。具の広島菜やちりめん、たこの量は好みで変えるといいと思うよ。

### ねえねえ「まんさい! ひろしまごはん」どうだった?

- ・給食を食べるの何年ぶりかねえ。
- ・私は毎年参加しているわよ。

白ご飯に、寿司酢をまぜて、さらに具を混ぜあわせませす。

### ご家庭で食べたら、教えて下さい!

教室で食べたよシールをはっています。  
一緒に食事をした家族の数も入れます!  
11月20日までに食べた数を調査しています。ご協力をお願いします。



### 今年度のひろしま給食メニュー

- ★まんさい! ひろしまごはん (広島県産の食材を豊富に使った混ぜごはん)
- ★しまなみ海道丸ごとマリネ (瀬戸内産の美味しい魚介類でつくるマリネ)
- ★広島わんぱくちりレモン (ごはんにかけて食べるとおいしい)
- ★せとうちさっぱりサラダ (瀬戸内産のレモンやちりめんじゃこを加えたさっぱりサラダ)
- ★ハニシモ煮 (レモンのさわやかなすっぱさが特徴のデザート)



尾道産のたこを届けてくださる角さん(因島洲江町)

### ひろしま給食 ~尾道市向東メニュー~

- ・まんさい! ひろしまごはん
- ・牛乳
- ・くずかけ
- ・ごまあえ
- ・いちじくゼリー

「くずかけ」は、尾道の因島重井町に伝わる郷土料理です。たくさんの人が集まる時に作られます。料理の名前に「くず」とあるように、くずという植物の根をすりつぶして乾燥させたくず粉でとろみをつけるのが特徴です。