

白川郷学園ではランチルームで全校一緒に給食を食べています。このコーナーでは毎日の給食の献立や給食の様子を紹介しています。

9月3日(月)



＜ソフト麺なすとトマトのソース、牛乳、小魚アーモンド、枝豆サラダ＞

夏野菜カレーと同じく、ソフト麺も夏バージョンです。なすとトマトを細かく刻んでソースを作りました。

9月5日(水)



＜コッペパン、牛乳、鶏肉のカレー焼き、コールスローサラダ、コーンスープ＞

カレーライスだけでなく、どんな料理もカレー味になると不思議と食欲を増します。カレーは不思議なスパイスです。

9月6日(木)



<麦ごはん、牛乳、ぎせい豆腐、あきしまささげのごまあえ、キャベツのみそ汁>

白川では馴染みはないのですが、高山市近辺で作られている「あきしまささげ」の紹介をしました。紫色の様子が特徴ですが、湯に入れると様子が消え、鮮やかな緑色に変わります。1, 2年生の子どもたちは「手品みたい!」と不思議そうに見ていて、もちろんパクパクと完食! でした。

9月6日(金)



<チャーハン、牛乳、春巻き、ほうれん草のナムル>

毎日体育大会の練習が続いています。疲れも出てくるころかな・・・と心配をしていましたが、「おなかすいた!!」と元気に給食の時間を迎えています。今日のチャーハンには体育大会にむけて、にんにくをたっぷり入れました。

9月12日(水)



<パン、牛乳、鶏肉のレモン揚げ、けんこうサラダ、野菜スープ、なし>

季節の果物「なし」です。体育大会の関係でお弁当の日が2日ありましたが、お弁当箱の中に、この季節よく入っている果物です。

9月13日(木)



<麦ごはん、牛乳、焼き豆腐の肉みそかけ、小松菜ののり酢あえ、つみれ汁>

前日、9年生が「塩分の摂取」について考える機会がありました。家庭では1日に9g以上塩分を摂取していましたが、給食では汁を具たくさんにしたり、だしを効かせてしょうゆやみその量を抑えていました。また、和え物にごまやのり、かつお節を入れたり、レモン汁やごま油などを利用して、塩分の摂取を抑えていることを知りました。

9月14日(金)



<麦ごはん、牛乳、あじの南蛮漬け、切干大根のサラダ、かぼちゃのみそ汁>

今日は1年生が畑で育てた「かぼちゃ」をみそ汁にしました。1年生のみなさんの顔よりも大きなかぼちゃ7玉を「給食でみんなに食べてほしいです」といただきました。甘くてホコホコのおいしいかぼちゃに1年生の愛情もつまって格別のみそ汁になりました。1年生のみなさんありがとう！