



4月の小学校の献立より...

☆平成28年4月19日(火)の給食紹介☆

小学校 エネルギー:625kcal たんぱく質:25.8g 脂質:17.7g 塩分:3.3g

★主食：ご飯

☆主菜：さばの味噌煮

★副菜：ほうれん草和風サラダ

☆汁物：ばち汁

★飲み物：牛乳

～毎月19日は「食育(19)の日」～

私たちの健康を支えているのは、毎日の食事です。間違った食事を続けていると病気のもとになってしまいます。

「食育」とは、いつまでも元気で、健康でいられるように、食について考えたり、学んだりしていこうということです。みなさんが大好きな食べることですから、まずは楽しく、おいしく、そして元気になれる、そんな「食べ物」の話を、これから給食や授業で学んでいきましょう。

全国おいしいもの巡り～兵庫県～

今年度も毎月19日の「食育の日」には、「全国おいしいもの巡り」として、日本各地の郷土料理や特産物を紹介していきます。郷土料理とは、日本各地に古くから伝わるふるさとの料理のことです。その地域でとれる食材を利用して、おいしく食べるための工夫がされています。今年度の第1回目は、「兵庫県」です。

～兵庫県のおいしいもの紹介～

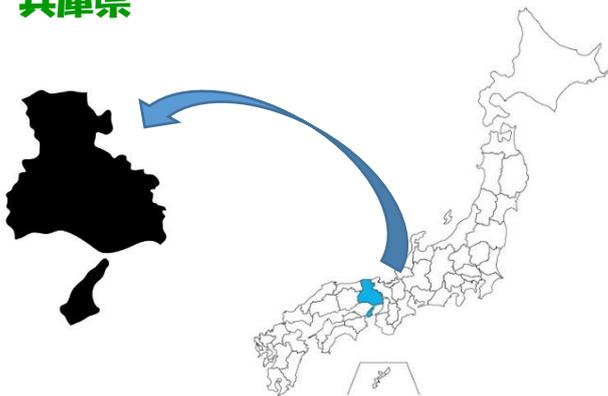
★ばち汁

兵庫県の播州地方では、そうめん作りが盛んに行われ、全国的にも有名です。

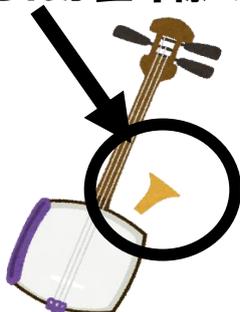
そうめんを作るときは、2本の管に8の字にかけて少しずつ細くのばしていきます。両端はUの字になって乾くので、切り落とします。これが「ばち」です。三味線をひくのに使う「ばち」の形に似ていることから、この名前がついたと言われています。

給食では、「ばち」が手に入らなかったため、普通のそうめんを使用しました。ほかにも野菜や肉も加えて、給食風にアレンジしています。

兵庫県



これが三味線の「ばち」です



ばち汁