



# 給食だより

# 10月

平成30年度10月10日

海田南小学校

## 100万食レシピ受賞！緊急インタビュー！

今年で6回目の「ひろしま給食100万食プロジェクト！」なんと、本校から優秀レシピ賞が選ばれました！受賞したのは5年1組小請海菜さんです！大崎上島で親戚の方が育てている「おと姫トマト」を使った「野菜ごろごろ おと姫トマトソース」を考えてくれました。給食委員会のメンバーが小請さんに、直接インタビューしてきました。



どうして、レシピを応募しようと思ったのですか？

給食委員会の人に応募を呼びかけていて、せっかく考えたんだから出してみようと思いました。

こうげさん



親戚の方のトマトはどんなトマトですか？

おと姫トマトと言って、普通のトマトより、とても甘いです。出荷もしています。



料理を作るときや考える時、大変なことはありましたか？

トマトをソースにしようと思いついたけど、意外と作るのがむずかしかったです。

給食委員会

選ばれた時の気持ちを教えてください。

とても、うれしかったです。トマトが甘いので、今度はお菓子料理にも使ってみたいと思っています。



おと姫トマトのことは、私も知りませんでした。そこで、大崎上島選果場の方に、島で作られているトマトについて詳しく教えてもらえました！

なぜ「おと姫」なのか？というところ、むかしむかし、おと姫様が島の周りにはたくさんある藻を、髪を結ぶひもに使っていたという言い伝えがあるそうです。ロマンチックですね！

また、普通のトマトは、緑のうちに収穫して、出荷までに赤い色がつくそうですが、おと姫トマトは赤くなるまで育て、甘味とうま味成分が増えてから収穫するそうです。そのため、遠くには出荷できないそうです。呉市や広島市の一部のスーパーで購入できるとのことでした。収穫の時期が終わっているため、給食では使えませんが、小請さんの選ばれた料理を、10月11日に給食でみんなと一緒に味わいたいと思っています。

# 今年<sup>ことし</sup>は目指せ「3500食」<sup>しよく</sup>

みなさん、今年<sup>ことし</sup>もひろしま100万給食<sup>まんきゅうしよく</sup>プロジェクトの季節<sup>きせつ</sup>です！給食<sup>きゅうしよく</sup>と家庭<sup>かてい</sup>で合わせて100万食<sup>まんしよく</sup>を目指<sup>めざ</sup>しましょう。南<sup>みなみ</sup>小<sup>しょう</sup>は、昨<sup>ま</sup>年度<sup>ねんど</sup>2223食<sup>しよく</sup>達成<sup>たっせい</sup>しました。今年<sup>ことし</sup>はもっと<sup>た</sup>もっと<sup>た</sup>もっと<sup>た</sup>食べて3500食<sup>しよく</sup>を目指<sup>めざ</sup>したいと思<sup>おも</sup>います！それではルール<sup>かそく</sup>を家族<sup>かぞく</sup>で確認<sup>かくにん</sup>してくださいね！

シールとポスターはクラスにあるよ



ルール① 対象<sup>たいしょう</sup>のレシピ<sup>かてい</sup>を家庭<sup>た</sup>で食べたら、食べた<sup>た</sup>家族<sup>かぞく</sup>の人数<sup>にんすう</sup>分<sup>ぶん</sup>、学校<sup>がっこう</sup>でシールをはろう！兄弟<sup>きょうだい</sup>それぞれ<sup>しづん</sup>自分のクラス<sup>じぶん</sup>ではっていいよ。

例<sup>れい</sup>：家族<sup>かぞく</sup>4人<sup>にん</sup>で食べた<sup>た</sup>時<sup>とき</sup>、お兄<sup>おにい</sup>ちゃんも妹<sup>いもうと</sup>も、それぞれ<sup>まい</sup>4枚<sup>まい</sup>ずつはってください。

ルール② レシピ<sup>どお</sup>通りに<sup>つく</sup>作れなくてもOK。材料<sup>ざいりょう</sup>や調味料<sup>ちょうみりょう</sup>が不足<sup>ふそく</sup>していても、似た<sup>に</sup>ような料理<sup>りょうり</sup>であれば<sup>た</sup>食べた<sup>た</sup>ことになるよ！

例<sup>れい</sup>：ぶたひきにく→あいびきミンチ「ぶどう→かんづめのくだもの

ルール③ お手伝い<sup>てつだ</sup>をしたら、「作った<sup>つく</sup>シール」もはれる！一緒<sup>いっしょ</sup>に作ると<sup>たの</sup>楽しいよ。自分の<sup>じぶん</sup>のできるお手伝い<sup>てつだ</sup>をして、家族<sup>かぞく</sup>と協力<sup>きょうりやく</sup>しよう！

## チャレンジ<sup>きかん</sup>期間

10月15日(月)～11月9日(金) ※後日<sup>ごにち</sup>レシピのチラシ<sup>ちらし</sup>配布

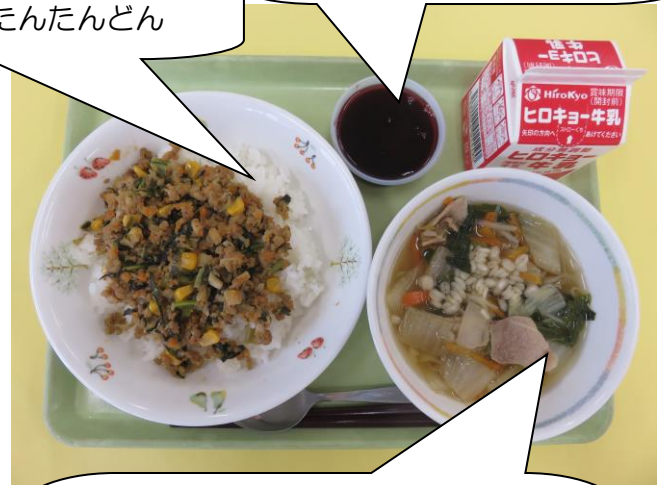
海田<sup>かいだ</sup>ひろしま給食<sup>きゅうしよく</sup>も10月19日<sup>がつ</sup>に登場<sup>とうじょう</sup>します！これは、海田<sup>かいだ</sup>町<sup>ちょう</sup>4つの小<sup>しょう</sup>学校<sup>がっこう</sup>で同時<sup>どうじ</sup>に同じ給食<sup>おな きゅうしよく</sup>を食べ<sup>た</sup>る取組<sup>とりぐみ</sup>です。今年<sup>ことし</sup>のメニュー<sup>メニュー</sup>を紹介<sup>しょうかい</sup>します。



たのしみだね！

最優秀<sup>さいゆうしゅう</sup>レシピ  
ひろしまオールスター★たんたんどん

フーフー！  
サンフレぶどうゼリー



### 「体喜ぶ♪ぷちぷちスープ」

豚ばら肉  
大麦  
はくさい  
にんじん  
もやし  
小松菜  
中華スープ  
しょうゆ  
こしょう  
水

- ①麦をやわらかくなるまで10分ほど煮ておく。
- ②水、にんじん、はくさい、もやしの順に煮る。
- ③中華スープ小さじ2、しょうゆ小さじ1、こしょう少々で味付けする。
- ④麦をもどして、仕上げに小松菜を加える。

からだよろこ  
体喜ぶ♪ぷちぷちスープ  
平成28年度海田町で選ばれた「野菜」が  
しっかりとれるスープです。大麦が入っているのがポイント！当時中学生の生徒<sup>せいと</sup>が考<sup>かんが</sup>えてくれました。