

決定！愛西市給食マスケットキャラクター

学校給食に親しみを感じたり、学校給食の魅力を伝えたりしてくれるような給食のマスケットキャラクターが決まりました！

愛西市らしさが感じられる素敵なキャラクターは、今後、給食に関するいろいろな場面で登場します。

モグモグちゃん



《最優秀賞作品》

にんじん色の髪に、レンコン、イチゴ、ハスの花の髪飾りを付け、給食当番の白衣を着た女の子です。

《受賞者の紹介》

最優秀賞：	佐藤 凜果さん	(立田北部小学校)
優 秀 賞：	川村 俊太さん	(永和中学校)
優 秀 賞：	山本 菜々恵さん	(佐織西中学校)
佳 作：	太田 沙季さん	(永和小学校)
佳 作：	林 美穂さん	(北河田小学校)
佳 作：	梶浦 侑奈さん	(佐織中学校)
佳 作：	小林 来未さん	(佐織西中学校)
佳 作：	伊藤 楓さん	(佐織西中学校)

「あいさいさん☆給食コンクール」結果発表

市内の小学4年生から中学3年生を対象に、「愛西市産のだいこん」を使った料理を募集し、今年のアイデア給食が決定しました！！

最優秀賞「大根のカレースティックフライ」および優秀賞「めちゃうま だいこんみそ煮」・「だいこ～ンイタリアンきんぴら」は1月と2月の給食メニューに取り入れます。また、広報あいさい「わくわく給食レシピ」でも順次ご紹介しますので、お楽しみに♪

問 学校給食センター ☎ (24) 2635

わくわく 給食レシピ

あいさいさんカレー

No.34



- ◆あいさいさんカレー(五穀ご飯) ◆牛乳
- ◆さつま芋コロッケ ◆ひじきと大豆の和風サラダ

材料 (小学生4人分)

◆豚肉	80g	◆サラダ油	小さじ1
◆にんじん	60g	◆塩・こしょう	適量
◆玉ねぎ	160g	☆カレールウ(甘口)	40g
◆れんこん	80g	☆カレールウ(中辛)	25g
◆大根	80g	☆チャツネ	小さじ1
◆冷凍むき枝豆	20g	☆ケチャップ	大さじ2
◆にんにく	1.2g	☆ウスターソース	大さじ1強
◆しょうが	1.2g	水	320cc

作り方

- ①豚肉は3cm程度の長さ、玉ねぎは薄切り、にんじんとれんこんは皮をむいて4mm幅のいちょう切り、にんにくとしょうがはみじん切りにする。大根は皮をむいて8mm幅のいちょう切りにして下茹でする。冷凍むき枝豆は解凍する。
- ②熱した鍋にサラダ油をひき、豚肉、にんにく、しょうがを入れて炒め、塩・こしょうをふる。
- ③豚肉に火が通ったら、にんじん、れんこん、玉ねぎを入れて、しんなりするまで炒める。
- ④玉ねぎが透明になってきたら、下茹でした大根と規定量の水を加えてしばらく煮る。
- ⑤にんじんと大根が軟らかくなったら、☆の調味料を加えて10分程度煮込む。
- ⑥枝豆を入れて、火が通ったら完成。

食育ポイント♪

- ・愛西市産の「れんこん」と「大根」を使ったカレーです。
- ・大根はホロホロになるまで煮込むとカレーの具としてもおいしく食べられます。
- ・この献立に使用している、五穀ご飯やさつま芋、れんこん、大豆、ひじき、野菜、キャベツには、生活習慣病予防に効果がある食物繊維が豊富に含まれています。



子ども達の様子、声

- ・カレーに大根が入っていてびっくりしたけど、意外と合っていておいしかった！
- ・れんこんのシャキシャキ感がよい！

(愛西市教職員会 栄養教諭・学校栄養職員部会)

