地場産物活用促進モデル事業の取組について

1

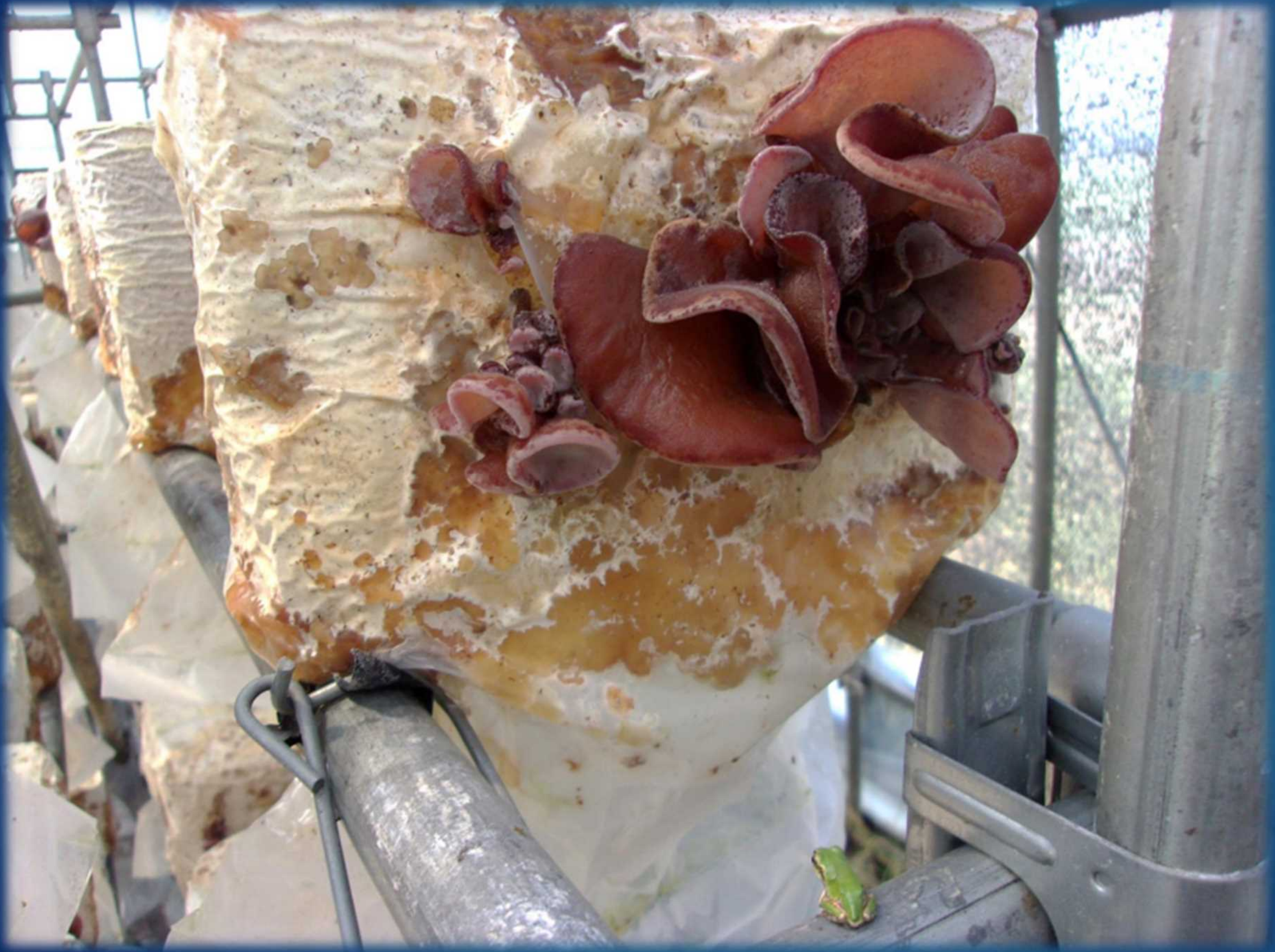
２０２５．１．２３

美郷町立千畑小学校
栄養教諭　長澤　香

今回の食材は
「きくらげ」

動画視聴

きくらげ ハウス



きくらげ
ハウス

9月30日(月)は「美郷給食」の日

昨年度に引き続き、今年度も保健体育課の事業により、地域食材を取り上げてもらい、動画編集をしていただきました。今回の食材は「きくらげ」です。

約3分の動画です。給食時間の各クラスのタイミングで子どもたちへ紹介していただければと思います。よろしくお願いいたします。

動画の最初は「きくらげ」のアップから始まります。
「これは、なんでしょう」クイズがあります。

https://youtu.be/As5ivboD2EA

美郷給食のお便りの中にもQRコードを載せています。
生産者さんからの許可を得ましたので、ご家庭でも話題にしてもらえればと思います。

給食センター　長澤香

動画配信前に各クラスへ配付したお知らせ用紙

美郷給食

美郷町北学校給食センター

実施日:令和 6 年 9 月 30 日（月）

注目☆食材

「きくらげ」を紹介します！

きくらげを干すと・・・

動画で紹介中
↓↓↓↓↓↓

深澤さんの「きくらげハウス」を紹介します！

「菌床」とは、きのこの菌を植え付けたものです。

「きくらげ」栽培の取材に行ってきました！

「きくらげ」農家の深澤 幹浩 さんからのメッセージを紹介します。

（美郷町 金沢東根）

きくらげ作りで大変なことは、どんなことですか？

「毎日、朝、昼、夕の3回と3時間おきに水やりをすることです。」

給食を食べる子どもたちへメッセージをお願いします！

「大きく、色も良く、食感も良い、きくらげが育ちました。美郷町の山の水を使って育てたきくらげは、コリコリとした食感がおいしいよ！」

＊「八宝菜スープ」のレシピは裏にのせています→→→

「 八宝菜スープ 」

（ 材 料 ）※２～３人分

材 料 名	分 量
ぶた肉（こま切り）（下味：酒）	５０ｇ
えのきたけ（５センチ幅カット）	１/３袋
きくらげ（細切り）	２枚（乾燥は２ｇ）
たまねぎ（うすめのくし切り）	１／４個
マロニー（戻す）	５ｇ
はくさい（２センチ幅の短冊切り）	１～２枚
にんじん（４センチ幅の短冊切り）	１／４本
☆オイスターソース	大さじ２
☆しょうゆ	小さじ１
☆かたくり粉（水に溶いて）	小さじ１／２
☆ごま油（仕上げ用）	少々
※お好みでシーフードを入れても OK！ ※塩や鶏がらスープの素などで味を調整しても OK！	

（ 作 り 方 ）

① 野菜は食べやすい大きさに切りそろえておく。
② 鍋が冷たいうちにぶた肉を入れて炒める。（少量の水を加えて炒める）
③ 弱めの中火にして、玉ねぎ、にんじんから炒めて、少ししんなりしてきたら、その他の野菜を入れて軽く炒める。（マロニーや白菜は味付けするときに加えましょう）
④ 水を入れて煮る。食材が煮えてきたら、味付けをする。（味をみながら入れましょう）

★メッセージ★
・お好みの野菜やきのこなどでもおいしく作ることができます。
・はくさいの代わりにチンゲンサイ、えのきたけの代わりにしいたけを入れてもいいですね。

メダル
チャレンジ
耳
目
心

9

- ごはん
- 牛乳
- 棒ぎょうざ
- ビビンバ炒め
- 八宝菜スープ

外国語科で考えたメニューが給食に登場①

千畑小学校６年生の外国語科で地域や季節の食材を意識し、美郷町と交流のある「タイ王国」の食文化なども取り入れて、給食メニューを考える授業が行われました。学校給食のメニューを考える上で意識してほしいことは、「栄養バランス・価格・旬の食べ物（季節の食材を使うことで価格を抑える）・全校の皆さんが食べること」を伝えました。

今回は、「カレーメニュー」として、いろいろなアイデアがありましたが、「Kizuna Curry」を選ばせていただきました。学校給食として、食べやすく、作りやすいように少しアレンジさせてもらいました。１２月１２日に登場します。

Title Kizuna curry～～!!

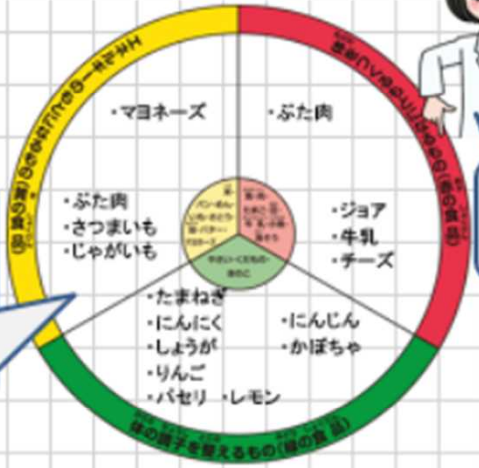
ネーミングもステキだね！

12月12日に登場

クリーミーで甘みのあるカレーをイメージしてくれました。

メニューを考えてくれたグループは、かくし味に「ナンプラー」と「ココナッツミルク」が入っていました。

12月12日の栄養バランスを見てみると・・・



栄養バランスもいいね。

低学年の皆さんが食べやすいように「かぼちゃ」や「さつまいも」を入れることで、少し甘みのあるカレーになるように工夫されています。また、ナンプラーやココナッツミルクなども入れてくれていましたが、給食で食べやすい食材として「しょっつる」と「牛乳」にアレンジしました。

外国語科で考えた給食メニュー

地域食材とタイ王国の食文化も取り入れて

外国語科で考えたメニューが給食に登場②

六郷小学校６年生の外国語科で地域や季節の食材を意識し、美郷町と交流のある「タイ王国」の食文化なども取り入れて、給食メニューを考える授業が行われました。学校給食のメニューを考える上で意識してほしいことは、「栄養バランス・価格・旬の食べ物（季節の食材を使うことで価格を抑える）・全校の皆さんが食べること」を伝えました。今回は、「カレーメニュー」として、いろいろなアイデアがありましたが、「ジョディーカレー」を選ばせていただきました。学校給食として、食べやすく、作りやすいように少しアレンジさせてもらいました。１月１５日に登場します。

Title

ジョディーカレー

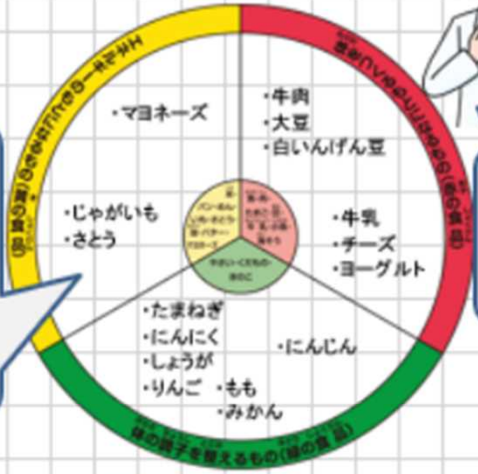
「ジョディー」にはどのような意味があるのかな!?

１月15日に登場

秘密の材料（かくし味）として「りんご」が入っています。

メニューを考えてくれたグループは、タイ王国でよく使われる食べ物として「豆（大豆）」を入れてくれました。美郷町産の「牛肉」も使っています。

1月15日の栄養バランスを見てみると・・・



今回は、美郷町産の「りんご」を使うことができます。

普段のカレーには、「すりおろしたりんご」を入れていますが、今回は、秘密の食材（かくし味）として、りんごを入れて甘みを引き出そうとしてくれたので、さいのめ切り（サイコロのような形）で切って、甘みと食感を味わえるように作りたいと思います。美郷町産の牛肉、りんご、じゃがいも、にんじんを使います!!

11

外国語科で考えた給食メニュー

地域食材とタイ王国の食文化も取り入れて

THANK YOU