

# 給食だより

春木小学校 2021年 5月号

小学校では調理員さんと一緒に、安心・安全・美味しい給食作りを日々心がけています。子ども達のことを考えた、ひと手間もふた手間もかけた愛情たっぷりの給食です。初めて食べる食品・料理もたくさんできます。すぐに好きになれなくても、まずはひとくち食べてみましょう。

みんなの「これが好き！」がたくさん増えて、食の楽しみが広がっていきますように♪  
これからも頑張っておいしい給食を作っていきます！



すききらい  
ゆっぴりあせらず



☆味つけや調理方法を  
かえると食べられるかも♪

## ひとくちチャレンジして

### たべてみよう!

人は初めて食べるものをさけることがあります。これを「新奇性恐怖」といいます。しかし食べた後に体調不良にならなければ、それ以降は安全だとわかり、食べられるようになっていきます。



## おとな大人になるとたべられる!?

### くりかえしたべてみよう!

年齢が上がるにつれて食べられるようになるのは、日常的に味やおいなどを体験し、くりかえし食べることで食べ慣れていくためと考えられます。



## 「たべられない」こともある

食物アレルギーや信仰している宗教上の理由などにより、人によっては「食べない」のではなく、「食べてはいけない」ものがあります。これらは好き嫌いとはちがいます。



## 旬を味わう給食紹介

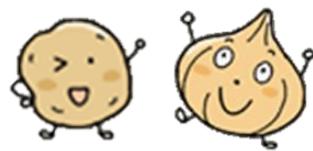
### 5/14(金)かつおの竜田揚げが登場します

かつおは赤身の魚です。大きなものは1mぐらいになりますが、よく出回るのは60cmぐらいのものです。

春から初夏にかけての今が旬で、これを「初がっお」とよびます。5月5日の端午の節句のお祝いの宴でも出され、「かつお」の「かつ」を「勝つ」にかけ、「困難に打ち勝ってほしい」という願いがこめられているそうです。

また秋頃にも旬があり、これは「戻りがっお」といいます。脂がのっており、刺身として食べるとおいしいです。

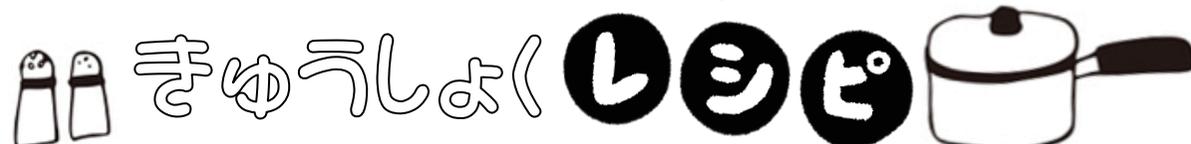
はるあきの2回  
しゅん旬があるよ♪



### 5/26(水)新じゃがと新たまのオープン焼き

じゃがいもやたまねぎは、今年(春)になってはじめて収穫されたものを特に、「新じゃが(いも)」、「新たま(ねぎ)」といいます。岸和田のじゃがいもやたまねぎは、4月から6月ごろに収穫されます。

春の新たまねぎは、甘くてやわらかいのが特徴です。色も白く、みずみずしいです。サラダとして生で食べてもおいしいです。



## ～ 新じゃがと新たまのオープン焼き ～

材料	分量※	※分量は4人分です 作り方
・まぐろ油漬け	100g	<b>下処理</b>
・新じゃがいも	300g(小約5個)	じゃがいもをうすい半月切り(大きいものはいちょう切り)、たまねぎをうす切りにする。
・新たまねぎ	100g(約1/2個)	
★淡口しょうゆ	小さじ2	① 材料をすべて混ぜ合わせる。
★塩	少々	② オープンで200℃ 15分程度 焼く。
★こしょう	少々	ホイルなどに入れ、トースターで5分程度でもO.Kです♪