

防災給食(おむすび給食)を体験しよう

毎年行われている小中学校の「1.17 防災訓練」の教材の一つとして、給食でも「防災給食」を提供します。今回は、ごはんと手作りツナふりかけをジャンボのりで包んで、「セルフおむすび」を作ってみましょう。炊き出して定番メニューの「ぶたじる」と、ビタミン類を補うために「みかん」も登場します。

※ 平成7年1月17日(火)に発生した「阪神・淡路大震災」で、被災地を支援するために、おむすびが多く届けられました。ごはんの「おむすび」だけでなく、人と人との心をつなぐ「おむすび」の日として、1月17日が「おむすびの日」に認定・登録されています。

★★献立内容★★

1月17日(水)

セルフおむすび

(ごはん・手作りツナふりかけ・ジャンボのり)

牛乳

ぶたじる

みかん

しっかり手を洗ってから、給食にしましょう。

災害時など、手洗いがむずかしい場合は、アルコール消毒等をして、直接食べ物に触れないようにしましょう。



☆☆セルフおむすびの作り方の例☆☆



① 袋のつなぎめを開きます。



② 袋の上ののりを置いた状態で、のりの上にごはんをのせます。



④ 袋を上手に使って、のりでごはんを包みましょう。



③ ごはんのまん中にふりかけをのせます。

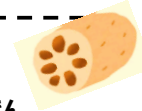
ごはんのまん中をくぼませると、じょうずにのせられるよ!

全国学校給食週間 ～兵庫五国の恵みを味わおう～

1月24日(水) 播磨地域

根菜の甘辛揚げ・姫路おでん

西播磨で多く栽培されている「れんこん」、西脇市特産の「さくいも」が「根菜の甘辛揚げ」に入っています。「姫路おでん」は、しょうがじょうゆで食べる、姫路名物です。



1月26日(金) 但馬地域

いかのさらさ揚げ・じゃぶ煮・キャベツのしそひじき和え

但馬の郷土料理「じゃぶ煮」は肉や豆腐、こんにゃく、野菜をじゃぶじゃぶ煮込んだ、具だくさんのおかずです。いかやキャベツも但馬でたくさんとれます。



1月29日(月) 淡路地域

淡路たまねぎコロッケ レタススープ・海藻サラダ

海に囲まれた淡路地域は、食材の宝庫です。たまねぎ、レタス、わかめをはじめ、数多くの特産品があります。



1月25日(木) 丹波地域

黒豆とマカロニのグラタン

「丹波黒」と呼ばれる、丹波地域の黒豆は、ふっくらとして、粒が大きく、ツヤがあります。



1月30日(火) 摂津地域(阪神地域)

ぼっかけ丼・さつまいものかす汁

六甲山と海に囲まれた阪神地域は、昔から有名な日本酒がつくられていました。日本酒をしぼった残りの「酒かす」が入った「かす汁」は、体があたたまる料理です。また、捨てていた牛すじをおいしく食べる方法として考えられた「ぼっかけ」は、今や、長田区のB級グルメとして有名になっています。



★献立表、にしわきっ子は、ホームページでもご覧になれます。「西脇市 献立」、「西脇市 食育だより」で検索 また、QRコードからもアクセスできます。

※ホームページトップへはこちら

★ホームページには、日々の給食写真も掲載しています。

※給食写真へのアクセスはこちら



給食や給食センターに関するお問い合わせはこちらまで

TEL/FAX 0795-22-6041
TEL(栄養教諭あて) 0795-22-6333
メール n-kyushoku@city.nishiwaki.lg.jp



☆長期欠食者の給食費の取り扱いについて☆

連続5日以上欠食する場合は、あらかじめ欠食の届出があった分の給食費の還付対象となります。長期欠食する場合は、速やかに学校に連絡をお願いします。