

給食だより 10月



妙高市立
新井北小学校

実りの秋を迎えました。現在、日本では旬に関係なく1年中多くの食材が手に入ります。だからこそ、必要なものを選んで買うことが大切です。ぜひご家庭で、値段や品質だけでなく、環境への配慮や安全認証マークなど、さまざまな情報をもとに考えてみましょう。



知っていますか？ フェアトレード

フェアトレードとは、途上国の原料や製品を適正な価格で継続的に購入することで、立場の弱い途上国の生産者や労働者の生活改善と自立を目指す貿易の仕組みのことです。安すぎる商品の裏側には、児童労働や環境汚染などがあるかもしれません。商品の向こう側を想像してみましょう。



食べて応援！

愛媛県 養殖マダイ



愛媛県は、養殖マダイの生産量が日本一です。

しかし、新型コロナウイルスの影響により、養殖マダイの需要が減り、水産業で働く人たちは経済的に大きな影響を受けています。鯛が育っても食べてもらうことなく、寿命を迎えてしまいます。

そこで、水産業で働く人たちが鯛を救うために、学校給食に無償で提供してもらえることになりました。

9月は「アクアパツァ」、10月は「からあげ」で2回マダイをいただきます。

おいしく食べて応援しましょう！

10月16日は「世界食料デー」

国連によって世界の食糧問題を考える日として制定されました。「すべての人に食料を」の実現のため、飢餓などを解決していくことが目的です。この機会に食料問題について家族で話し合ってみませんか。



減塩アイディアレシピ

ハニーマスタードチキン



【材料4人分】

- 鶏もも肉・・・50g×4切
- 白ワイン・・・小さじ1
- はちみつ・・・小さじ1
- しょうゆ・・・小さじ1
- 塩こしょう・・・少々
- 粒マスタード・・・大さじ1/2

【作り方】

- ①調味料をすべて混ぜておく。
- ②鶏もも肉に調味料を絡めて下味をつける。
- ③フライパンで焼いて出来上がり！

マスタードの酸味とはちみつのコクと甘さで、照り焼きチキンより、半分のしょうゆの量でおいしく仕上がります！