

ワールドカップ応援給食を実施しました

6月13日(金)、市内小中学校で一斉に応援給食を実施しました。

サッカーを通して世界の国に関心を持つこと、世界の食文化に触れることが目的です。

メニューは「**レンズ豆のトマト煮込みカレー風味～コロンビア風～**」。南米料理には欠かせないレンズ豆を使用し、子どもに人気のカレー風味に仕上げました。豆類は栄養豊富な食材でもあり、たくさん食べて欲しいとの思いも込めて塩竈市学校栄養士会でメニューを決定しました。当日は地元の食材を活かした「しおがまサラダ」も登場しました。地元のかまぼこやわかめを豊富に取り入れたふるさと給食で、子どもたちに人気メニューの一つです。



レンズ豆の紹介

発祥時期は紀元前7000～6000年頃。原産は西アジアの乾燥地帯。インドやフランスなど世界中で親しまれています。貧血予防に効果のある鉄分や疲労回復・美肌効果のあるビタミンB群などが豊富です。乾燥豆でも水に浸さずに短時間で調理ができます。

レンズ豆のトマト煮込みカレー風味～コロンビア風～の作り方

材料 (4人分)

にんにく…ひとかけ
 玉ねぎ…1/2個
 じゃがいも…小2個
 ウィンナー…4本(120g)
 レンズ豆…1/3カップ
 バター…大さじ1
 トマトソース缶…1缶
 ブイヨン…1個
 水…200cc
 カレールウ…2かけ

- ① にんにく・玉ねぎはみじん切り、じゃがいもは角切り、ウィンナーは輪切りにする。
- ② 鍋にバターを熱し、にんにく・玉ねぎを炒め、レンズ豆・じゃがいも・ウィンナーを加えてさらに炒める。
- ③ トマトソース缶・ブイヨン・水を加えて煮込み、カレールウを入れて豆がやわらかくなるまで煮込む。

※お好みでにんじんなどほかの野菜を加えてもおいしいです
 ほかの豆でも応用できますので家庭でもぜひお試しください！

問 教育総務課 ☎362-7744

学校	プログラム内容
三小	三次避難として塩釜高校へ避難
二小	仙台管区気象台の地震情報官を招いて防災教室を実施
三小	三小元校長 安曇浩一氏による講演会を実施
月小	防災教育全校集会を実施
浦戸	登校時の津波対応避難訓練を実施
杉小	防災備蓄倉庫内物品の見学を実施
玉小	蔵王自然の家の社教主事を招いて防災教室を実施
一中	松島自然の家の社教主事を招いて防災体験や防災マップづくりを実施
二中	建築士会松島支部や東北工業大学の方を招いて木造家屋の簡易耐震診断を学習
三中	地区ごとにハザードマップづくりを実施
玉中	「震災語り部の会」小齋正義氏による防災講演会の実施

防災意識の一層の向上を目指してプログラムを実施

シリーズ 今、学校では... 39

総合防災訓練における小中学校の取り組みについて

6月8日(日)に塩竈市総合防災訓練が実施され、市内各小・中学校でも児童生徒の防災訓練や避難所開設訓練を行い、地域住民の避難先としてさまざまな取り組みを行いました。

今年度は、各学校で独自のプログラムを設け、防災意識啓もう授業などを実施しました。



木造家屋の簡易耐震診断を学習 (二中)

問 学校教育課 ☎365-3216