



# 岩園小学校

IWAZONO



## 夏を楽しむスタミナ献立

暑い夏を乗り切るための元気の素がいっぱい入ったスタミナ献立。  
ごはんがすすむ工夫をほどこして子どもたちの食欲を応援します。

### しっかりカムカム 玄米入りごはん

白米に少し玄米を加えるだけで、子どもたちの咀嚼を助けるカムカムメニューに変身。食物繊維も増え、お腹の調子を整えます。

### さっぱり爽やか 鶏のレモンづけ

鶏料理の中でも子どもたちに大人気のメニュー。食欲が落ちる夏にぴったりの、爽やかにレモンが香るひと品です。【レシピ P36】



### お献立

冬瓜スープ  
ゴーヤチャンプルー  
鶏のレモンづけ  
玄米入りごはん

### 南国の知恵料理 ゴーヤチャンプルー

沖縄の郷土料理で夏バテを解消!胃を元気にしてくれたり、疲れた体を癒してくれる栄養素がたっぷり入っています。【レシピ P31】

### 夏のお助けメニュー 冬瓜スープ

体の熱をとり、夏バテを予防してくれる冬瓜のスープ。鶏からもいいおだしが出て、食欲のない時でも食がすすみます。【レシピ P42】

# 岩園小学校の給食は、おいしさに楽しさをプラス



岩園小学校

森川 奈美 管理栄養士

管理栄養士として着任した際、あまりのおいしさに驚いた芦屋の給食。そのおいしさの要はやはり愛情のこもった「手づくり」に他なりません。日々よりおいしくなるように慢心せず、給食が教育の一環であることを忘れずに、調理師さんと力を合わせてつくっています。少し子ども向けではない献立でも、抵抗なく食べてくれる子どもたちの姿に、芦屋のご家族の食への意識の高さを実感。毎日給食時間は教室を回りリアルな声を集めながら、季節感を大切に献立に仕上げています。学校で育てているバジルを使った料理や、本とのコラボ献立など、おいしさに楽しさをプラスしたメニューにも挑戦。365日、1095回の食事の中で、給食はわずか180回程度にすぎませんが、日々食事をつくられているご家族のみなさんと一緒に、子どもたちの成長を支えていきたいと思っています。

## いつもおいしい給食をつくってくれる 岩園小学校の調理師さん

スピーディーかつ質の高い調理を心がけている岩園小学校の調理師さん。毎年恒例のメニューでも、もっとおいしくなるよういつもアドバイスをくれる頼もしい存在です。80kg(およそ200丁)の豆腐をあっという間に切り分ける姿も素敵♡いつも、帽子、白衣、マスクの出で立ちにもかかわらず、街中で声をかけられるほど子どもたちから愛されています。

子どもたちに  
人気の  
メニュー



岩小コロッケ  
カレーライス  
スタミナチャーハン



- 愛情たっぷりの給食を大切に運びます。
- 子どもたちに話しかけて、おいしい給食のヒントを探ります。
- 毎日教室を回り、子どもたちの食べっぷりを確認。
- 子どもたちからは、自然と笑みがこぼれます。
- 最終的に味をみて、おいしい給食に仕上げます。

