

# 瑞穂野地域学校園

瑞穂野中学校  
瑞穂台小学校  
瑞穂野北小学校  
瑞穂野南小学校

宇都宮学で学んだことを生かして献立を考えよう  
～元気もりもり栃木たっぷり健康献立～

## 瑞穂台小学校

献立はこの地域で作られているおいしいお米を使ったご飯で考えました。ほうれん草は宇都宮産、豚肉、かんぴょう、にら、卵は栃木県産です。



かんぴょうは「五目ごはん」や「かんぴょう巻」今日のような卵とじなどいろいろな料理に使われています。夕顔の実実はふくべ細工としても有名です。食育コーナーにあるふくべ細工を見てください。



<献立名> 麦入りご飯 牛乳  
豚肉のみそづけ ごまあえ  
かんぴょう入りにらたま汁  
とちおとめの苺ゼリー

～献立一口メモより～  
今日は、6年生の給食委員のみなさんが宇都宮学で学習したことをふまえて考えた「元気もりもりとちぎたっぷり健康献立」です。栃木県産の食材を代表する豚肉やかんぴょう、にらやほうれんそう、いちごゼリーを取り入れ栄養満点になりました。残さず食べて健康な体を作りましょう。



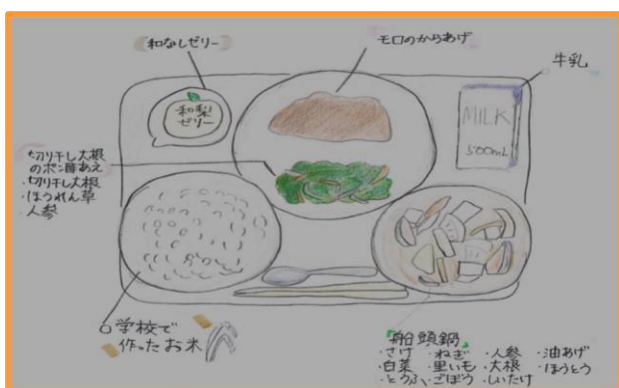
## 瑞穂野北小学校

みんな楽しみ！  
宇都宮の特産品がいっぱいの「宮っ子ランチ」！

宇都宮市の食文化や特産品について学ぶために実施されているのが、「宮っ子ランチ」です。宇都宮市の学校給食で提供されている宮っ子ランチは、季節に合わせて4種類あります。その中で、11月に実施したのが船頭鍋です。給食の時には、給食委員が、自分たちで作成したメニュー紹介のポスターを持って各クラスを回り、栄養士が作成した一口メモを紹介しました。全校生が、船頭鍋について学ぶ機会となりました。

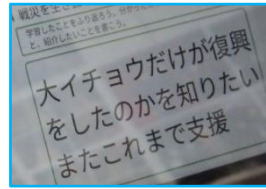
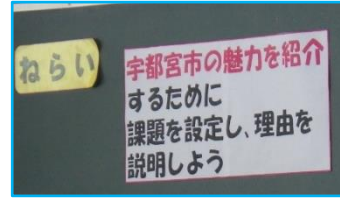
また、瑞穂野北小学校の秋の宮っ子ランチには、全校児童みんなで田植えや稲刈りをした新米も使われています。お米を育てる大変さを知り、感謝の気持ちや美味しさを、いつもよりもたくさん感じる事ができました。

【給食委員が作成したポスター】



宇都宮学 中学校1年生  
～ 宇都宮の歴史の魅力を紹介しよう(1年生)～

## 瑞穂野中学校



1年生の宇都宮学では、「宇都宮の歴史の魅力を紹介しよう」の学習に取り組んでいます。特に夏の宮っ子ランチ「平和を願って大いちょう献立」と関連する「戦災を生き抜いたまち うつのみや」の内容では、陸軍第14師団(宇都宮餃子の発祥)についてや、苦しさにも耐え頑張り抜いた宇都宮市民(十六穀米)、空襲にも負けなかった大いちょう(新芽をイメージさせるマスカットゼリー)、戦後全国1早い復興都市と言われたことなどについて調べ学習を進めています。今後宇都宮市の歴史の魅力をスライドにまとめ、発表していきます。

## 瑞穂野南小学校

☆宇都宮の歴史や文化、農産物を知ることができる  
宮っ子ランチを活用☆

年4回の宮っ子ランチを提供する給食時に、学校栄養士が宮っ子ランチについて校内放送でメニューなどについて説明しています。子どもたちは放送をよく聞き、給食後、先生や児童からたくさんの感想を寄せられ、宇都宮の歴史や文化、農産物について理解を深める機会となっています。



夏の宮っ子ランチ  
十六穀ご飯 牛乳  
揚げ餃子 からしあえ  
おおいちょう汁  
マスカットゼリー

船頭鍋に入っている  
うどん、つるっとし  
ておいしかったよ。



静かに放送を聞きながら  
食事をする児童

7月12日  
宇都宮大空襲の日  
に合わせて給食で食べ  
ました。



秋の宮っ子ランチ  
ご飯 牛乳 モロの  
から揚げ切り干し大  
根のポン酢あえ  
鬼怒の船頭鍋

☆保健・給食プロジェクト児童が瑞穂野献立を提案☆

毎年度、1月の給食週間中に地域学校園統一献立としてみずほの献立を提供しています。今年度は、当番校である本校において、保健・給食プロジェクトの児童が、地域の生産物を調べたり、し好を考慮したりしながら、下記の献立を考え提案しました。

みずほの献立

ごはん 豚肉の味噌漬焼き 磯辺和え 田舎汁 とちおとめの苺ゼリー

