



3月 きゅうしよくだよい

大野城市立大野北小学校
大野城市小学校
栄養士研究会
令和8年3月



大野城鶏ぼっかけ総選挙 結果発表

大野城鶏ぼっかけ総選挙とは、大野城市の郷土料理である「大野城鶏ぼっかけ」への興味や関心を高めるために、ぼっかけに入れたい具を人気投票で決め、給食として提供する取り組みです。市内小学校の合計5030名の児童が投票に参加してくれました。

大野城市PRキャラクター「大野ジョー」



1位 たまご	2位 こんにゃく	3位 じゃがいも	4位 にんじん	5位 ねぎ
 汁物にいれるとふわふわたまご たんぱく質たっぷり、元気のもと!	 こんにゃく 食物せんいでおなかスッキリ	 エネルギーの源、じゃがいも 炭水化物でパワーチャージ!	 にんじんってすごい! ビタミンA目を守る 免疫力アップ 食物繊維おなかスッキリ カリウム血圧を下げる	 ねぎ ぼっかけに入れよう!

6位:わかめ	7位:しいたけ
8位:たまねぎ	9位:だいこん
10位:はくさい	11位:れんこん
12位:ごま	13位:だいず

大野城市内の投票結果を集計し、上位5つの中から、栄養バランスや食べやすさ、いろいろ、他のおかずとの組み合わせ等を考えて、「たまご・こんにゃく・じゃがいも・にんじん・ねぎ」を入れたオリジナル大野城鶏ぼっかけが給食で登場します。ご家庭でも、いろいろな食材が入ったオリジナル大野城鶏ぼっかけをぜひ作ってみてください。

大野城鶏ぼっかけ2026 アピールポイント

- ①たまごでたんぱく質アップ!
- ②こんにゃく・いも・やさいで食物せんいアップ!
成長期に大切なたんぱく質がしっかりとれて、おなかに優しい大野城鶏ぼっかけになりました。

レッツ・クッキング ♪ 給食メニュー ♪

揚げパン

【材料】

- ◆コッペパン：1個
- ◆きなこ：大さじ2
- ◆砂糖：大さじ1
※黒砂糖を混ぜてもよい
- ◆塩：ほんの少し
- ◆油：フライパンに1cmほど入れる
- ◆ビニル袋：パンが十分入る大きさ

【作りかた】

- ①ビニル袋にきなこ、砂糖、塩を入れて混ぜておく。
- ②フライパンに少し多めの油を入れ温める。
- ③コッペパンを入れて表面全体に油がつくように、さっと焼く。(20秒くらい)
- ④パンが熱いうちに、①のビニル袋に入れる。
- ⑤パンにまんべんなく①のきなこをまぶす。



きなこがとびちらないように

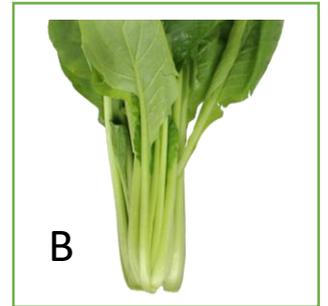
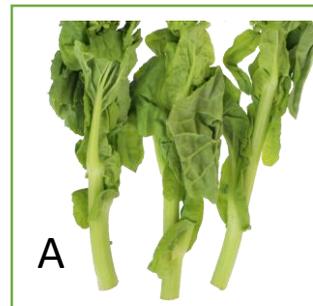
みんなでチャレンジ! クイズコーナー

「はかたなばなおいしいな」は、福岡県産ブランドの野菜です。

今月の福岡県産品
博多な花
おいしい菜

【問1】

これは、野菜の根元を写した写真です。「な花」はどちらでしょうか。



【問2】

「博多な花おいしい菜」が一番出回る季節はいつでしょうか。

- A: 気温の高い夏
- B: 涼しくなった秋
- C: 冬から春にかけて