

【2月15日（月）】

＜ベジマンデー献立※ヴィーガン食＞

「枝豆ごはん 牛乳 ベジグラタン かぼちゃサラダ トマトスープ
夢おれんじゼリー」



＜ベジマンデー献立の目的とは？＞

ベジマンデー献立の日、お肉は出ません。単に肉食を否定するものではなく、生徒の実態に合わせて設定しています。生徒の野菜嫌いの克服と健康保持のため、日本食の良さを見直すため、世界の食に対する知識をつけるため、食料の流通について理解を深めるため…など、多くの要素を取り入れた献立です。月曜日というサイクルで紹介することで、より意識化されやすくなるように設定しています。

＜K先生のつぶやき＞

今日は月曜日。ベジマンデーである。今日の給食は久々のビーガン給食。心していただく。まずトマトスープをスプーンで口に含む。「う～ん。利く。」まさに体が清められるような神聖さを感じるスープだ。十分な旨味がありながらも、トマトと各種野菜の栄養分が五臓六腑に染み渡ってくるこの感覚がすごい。スープが澄んでいるからだろうか。入っている野菜のおいしさがそのまま伝わってくる。特にさやいんげんは、まるでゆでたてを食べているようだ。うまい。次にかぼちゃサラダを頂く。程よい酸味が食欲をそそる。カボチャのうまみとレーズンの甘みと酸味が混然一体となった味わいに、身体も大いに喜んでいる。食べるほど、生気がみなぎるのがわかる。途中途中口に運ぶ枝豆ごはんも、ほのかな塩味と枝豆が抜群の相性だ。そしてベジグラタン。乳成分を使っていないのに、自然なクリーミーさ。とてもやさしいおいしさだ。食べるたび、心が落ち着く。そうだ。今日はこういう給食が食べたかったのだ。土曜日深夜の地震以降、完全に生活のリズムが崩れていた。自然と食べ物も偏っていたのだろう。私の身体は、今日のベジマンデー給食で正常化したのだ。食べることは生きること。改めてそれを実感させてくれたM先生と、このやさしい味を生み出してくれる調理員さんたちに感謝しつつ、今日も手を合わせる。「ごちそうさまでした。」

<生徒からのコメント>

「ベジマンドー献立とは思えない、おしゃれな味でした。」

「心配で思うように眠れなかったけれど、給食は食べられました。ほっとしました。」