

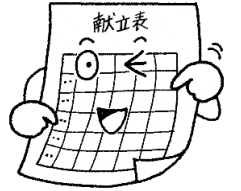
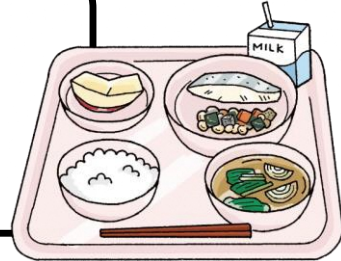


かみのこうだより

あらお しりつ がっこう きゅうしよく
荒尾市立学校給食センター

こんげつ 今月のテーマ

「給食の反省をしよう」



今年度は新型コロナウイルス感染症の流行によって生活の仕方ががらりと変わり、感染症予防に追われる大変な一年になりました。さて、今年度も残すところ、あとひと月となりました。残りの日々を大切に、お友達や先生方との給食時間を過ごしてほしいと思います。また、3月は卒業や進級に向けて1年のまとめをする時期です。自分自身の食生活や、給食を通して学んだこと、できるようになったことを振り返り、新しい学年で挑戦したいことを考えてみましょう。

ご卒業おめでとうございます

みなさん、これまで給食を食べていただき本当にありがとうございました。おいしくて安心して安全な給食を提供できるように努めてきましたが、心に残る給食は何かあったでしょうか？これからの人生で食に関して、これまでの給食が何かの役に立てたらうれしいです。みなさんが健康で幸せな生活になるように祈っております。

いちねんかん 一年間の給食を

振り返って みましょう！

できた

できなかった



よくできたことには○、時々できたことには△、できなかったことには×をつけましょう。

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> 給食の前にしっかりと手を洗えた。 | <input type="checkbox"/> マナーを守って食事ができた。 |
| <input type="checkbox"/> 給食当番のときに、身じたくをきちんとできた。 | <input type="checkbox"/> 日本や世界の食文化を知ることができた。 |
| <input type="checkbox"/> 「いただきます」「ごちそうさまでした」のあいさつがきちんとできた。 | <input type="checkbox"/> 苦手な食べ物にも挑戦できた。 |
| <input type="checkbox"/> 前を向いて静かに食べられた。 | <input type="checkbox"/> 感謝の気持ちを持って食事ができた。 |
| <input type="checkbox"/> よくかんで味わって食べることができた。 | |



給食センターへ、心のこもったたくさんのメッセージを届けていただき、ありがとうございました。

今年度もありがとうございました！！

給食では、みなさんの成長や健康のために栄養バランスを考えて作ってきました。来年度もみなさんに、楽しみながら食に関して興味を持ってもらえるよう給食を考えていきたいと思っています。



きな粉揚げパン

《材料 4人分》

- コッペパン (30g) 4こ
- きな粉 15g
- 食塩 少々
- 揚げ油
- 黒糖 5g
- 砂糖 10g

《作り方》

- ①きな粉・黒糖・砂糖・食塩をダマにならないようにしっかりと混ぜる。
- ②コッペパンを揚げ油 (200℃) で約15秒揚げる。
※時々ひっくり返しながらかけるとよりおいしくなります。
- ③油を切って、①をまぶしたら完成です。

人気の給食メニューを紹介します!!



一度作ってみませんか？

かみかみサラダ

《材料 4人分》

- きゅうり 60g
- キャベツ 60g
- さきいか 12g
- スライスハム 20g
- 乾燥きくらげ 2g (スライスしてあるもの)
- ごぼう 50g
- 薄口しょうゆ 小さじ2/3
- 料理酒 少量
- みりん 小さじ2/3
- 砂糖 少々
- マヨネーズ 40g

《作り方》

- ①きゅうりは細切り、キャベツは太めの千切り、さきいかは長ければ約3cmに切る。スライスハムは約1cm幅に切る。ごぼうは皮をむき細切りにし、水につけてあくをとっておく。乾燥きくらげは、水で十分に戻しておく。
- ②鍋に薄口しょうゆ・料理酒・みりん・砂糖を入れ、さっと沸かした後、①で準備したごぼうときくらげを入れて下味をつける。下味が付いたら冷ましておく。
- ③①の残りの材料と②をマヨネーズで和えたら完成です。(給食では野菜を一度ゆでてから調味料とあえています。)

かめかめ♪



3月3日は「ひなまつり」

ひなまつりとは3月3日の桃の節句のことで、女の子のお祝いをする日です。女の子の健やかな成長や幸せを祈って、お祝いをします。

