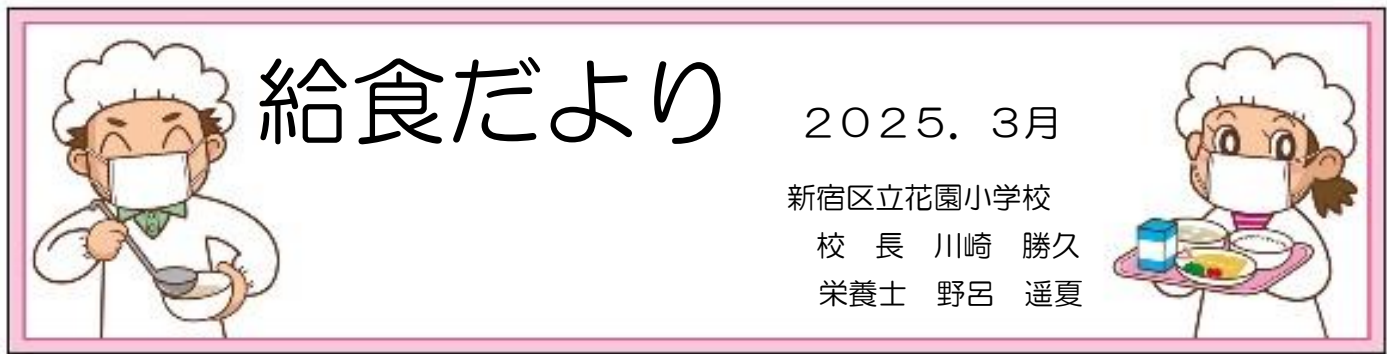


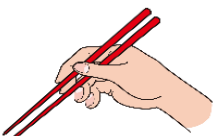


今年度も残すところ1か月、入学当初はなれない手つきで給食の配ぜんをしていた1年生もずいぶん上手になりました。6年生にとっては最後の小学校給食ですね。

春は卒業や入学、進級と節目の季節です。新しい生活を元気にむかえられるよう、栄養バランスのよい食事をして、体調管理につとめましょう。

給食時間のすごし方を振り返ろう

できたことには、しかくの
中に✓をつけてみましょう。

☐ 食事の前と後に、石けんで手を あらえた 	☐ みんなで協力して給食の 準備とかたづけが できた 	☐ 「いただきます」「ごちそうさま」 のあいさつが きちんとできた 
☐ はしを正しく持つことが できた 	☐ 苦手なものにも ちょうせん した 	☐ 季節の食べ物や行事食を知る ことができた 

6年生のみなさんへ

ご卒業おめでとうございます。「食べること」は生きることです。これからも、「食べること」を大切に心も体も大きく成長していったほしいと願っています。

🍴給食で人気のデザートレシピです。

◆フルーツポンチ（4人分）～シロップを炭酸にアレンジしてもおいしいです◎

【材料】

A 水…1カップ（200ml）、粉寒天…1g、砂糖…大さじ2・2/3）

B 水…1カップ（200ml）、砂糖…大さじ4・1/3、白ワイン…小さじ1）

くだもの（好みのくだもの、フルーツ缶（パイン、もも、みかんなど） 200gほど

【つくり方】

①鍋にAの水を入れ、粉寒天をふり入れてしばらくおき火にかける。沸騰したら、さらに2分ほど加熱して寒天をよく煮溶かし（不十分だと固まりづらい）、砂糖を加え、溶けたことを確認したら火を止める。バットに流し固める。

②Bの水、砂糖を煮つめてシロップを作る。仕上げに白ワインを加えてアルコールをとばし、火を止める。

③①が完全に固まったら、さいの目に切る。寒天、②のシロップ、フルーツを合わせて出来上がり。

