

# 12月給食だより

令和6年12月

新宿区立柏木小学校

校長 竹村 郷

栄養士 松永有花

## 12月の給食目標：食べ終わった食器をきれいにしよう

今月の給食目標は「食べ終わった食器をきれいにしよう」です。学校で毎日400人分の食器を洗ってくださっている調理員さんにインタビューしてみました。意識してきれいにしましょう！

Q.洗いにくい汚れはどんなメニューですか？

A.のりの佃煮、たまごのかきたま汁、カレーやシチューなど、とろみのあるメニューは、冷めると固まって汚れが取りにくいです。

Q.どんなふうに食べてもらえると嬉しいですか？

A.とろみのあるメニューやごはんは、食材が食器に貼りつきやすいと思いますが、頑張って食べてもらえると嬉しいです。また、牛乳を残すときにストローは抜いて片づけてもらえるととても助かります。

## 手洗いは感染症予防の基本です！

気温が低くなり、冷たい水で手を洗うのがつらい季節です。いろいろな物に触れる手は、一見きれいに見えても、細菌やウイルスなどがたくさん付いています。自分自身の感染を防ぐとともに、周りの人へ感染を広げないために、食事の前にはきちんと手を洗いましょう。

### 手洗いのポイント

せっけんをつけ、こするように洗います。

汚れの残りやすい部分は念入りに。

流水でしっかりと洗い流し、清潔なタオルなどで水分を拭き取りましょう。

❗水分が残っていると手荒れの原因になります。

手荒れがあると、手洗いがおろそかになったり、細菌やウイルスが付着しやすくなります。乾燥が気になるときは、保湿剤をこまめに塗りましょう。

グクグク + ガラガラ  
外から帰ったときには、うがいも忘れずに。  
グクグクうがいの後に、ガラガラうがいをするとう�효的です。

# がくげいかいこんだてしょうかい ☆学芸会献立紹介☆



12月6日・7日は柏木小学校の学芸会です。各学年、毎日たくさん練習をした成果を出し切れるように、また、他学年の演目にも興味を持ってもらえるように、学芸会献立を考えました。

## 2年生「じゅげむ」

…寿限無という言葉は、「長生き」や「めでたいことが続く」という意味があるということで、縁起の良い食材をつかった「長寿うどん」を作ります。

## 4年生「ライオンキング」

…ライオンといえば肉！ということで、ワイルドな「骨付き肉風のつくね」を作ります。ライオンのようにワイルドに、骨ごときれいに食べましょう！



## 柏葉学級「どろぼうがっこう」

…どろぼうがっこうの生徒たちに「ABC スープ」の大事な ABC マカロニを盗まれてしまいました！でもきちんと取り返してサラダに入れます。

## 1年生「海賊たちと宝島」

…昔、海賊たちが食べていたものは、肉や魚、野菜をごちゃまぜにした料理だそうです。それにちなんで、肉や魚介、そして、様々な動物たちのようにカラフルな野菜をピラフにします。



## 5年生「シン・ピーターパン」

…パン、パン、パン、パン、ピーターパン！ということで、ピーターパンのような緑色をした「あしたばパン」と、お話の舞台イギリスの伝統料理「スコッチブロス」を作ります。

## 3年生「オズの魔法使い」

…ドロシー達が目指すエメラルドの都にちなんで「エメラルドグラタン」を作ります。中には、知恵・優しい心・勇気・仲間・自信すべてを持った強い心（ハート）が入っているかも、



## 6年生「魔法をすてたマジョリン」

…魔女たちが作っていきそうな怪しい「魔女のチキンカレー」、マジョリンがポンピロパヘンと魔法で落としたりんごを使った「マジョリンゴゼリー」を作ります！



## レシピを教えて！とよく言われた人気メニュー ☆かぼちゃコロッケ☆

### <材料 約4人分>

- ・かぼちゃ 150g
- ・じゃがいも 170g
- ・油 小さじ1
- ・豚ひき肉 40g
- ・たまねぎ 150g
- ・塩 少々
- ・こしょう 少々
- ・ポテトフ레이크 10g
- ☆小麦粉 35g
- ☆水 40g
- ・パン粉 40g
- ・揚げ油 適量
- ・中濃ソース 適量

### <作り方>

- ① かぼちゃは蒸して皮をむき、マッシュする。
- ② じゃがいもも蒸して皮をむき、マッシュする。
- ③ たまねぎはみじん切りにし、油を引いたフライパンで豚ひき肉と一緒に炒める。
- ④ ③に①②を合わせ、固さをみながらポテトフ레이크を加え、小判型に成型する。
- ⑤ ☆を混ぜた水溶き小麦粉に④をくぐらせ、パン粉をまぶし、160℃～170℃の油で揚げる。
- ⑥ ④にソースをお好みでかけたらできあがり☆

