

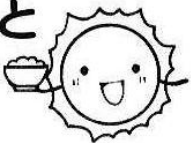
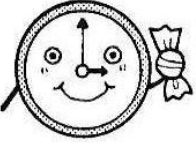

ぱくぱく

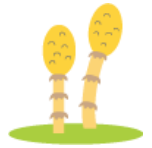
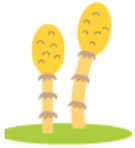


平成 27 年 3 月 23 日
校長 白 倉 代 助
栄養士 相 羽 真 秀 子

いよいよ給食も終わり、残りは修了式と卒業式です。3月は1年の締めくくりの月です。子どもたちはこの1年間、給食でいろいろなものを食べ、学んできました。ご家庭で1年間を振り返ってみてください。進級に伴い、新学期には給食の量も少し増えます。春休みのうちに少し食べる量を増やせるといいと思います。

♡ 1年間の食生活をふり返ろう ♡

<p>朝ごはんをしっかりと 食べましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>	<p>おやつの食べすぎに 気をつけましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>
<p>正しい手洗いが できましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>	<p>好き嫌いせずに 食べましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>
<p>食事のあいさつが できましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>	<p>食事の準備や後片づけ ができましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>
<p>正しくはしを 持てましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>	<p>できた…………… 2点 だいたいできた…… 1点 できなかった………… 0点</p> <p>合計して みよう</p>
<p>よくかんで 食べましたか？ </p> <p><input type="checkbox"/>できた <input type="checkbox"/>だいたいできた <input type="checkbox"/>できなかった</p>	<p>合計してみよう</p> <ul style="list-style-type: none"> ・12点以上の人…よくできました。この調子で来年度もがんばりましょう。 ・6～11点の人…その調子です。「だいたいできた」ことも「できた」になるようがんばりましょう。 ・5点以下の人…できなかったことは来年度できるようにしましょう。



♡ 1・3年生のリクエスト給食 ♡

今月の給食には3年2組、1年1組、1年2組、1年3組のリクエスト給食が登場しました。組み合わせによっては、どうしてもエネルギーが多くなってしまうため変更しなければならず、苦労したクラスもありました。各クラス、みんなの大好きなものの組み合わせ、久々に出る料理、あまり出たことのない料理など特色のあるリクエスト給食になりました。



3/5 3-2 リクエスト
揚げパンを入れるために、主食とおかずを工夫しました。



3/10 1-1 リクエスト
久しぶりのさつまいご飯です。みんな秋に食べたのを覚えていたようです。



3/11 1-3 リクエスト
珍しいデザート、焼きりんごです。給食では初めてです。甘酸っぱくおいしかったです。



3/17 1-2 リクエスト
ヒレカツという豪華なリクエストです。大きなおにぎりと一緒に組み合わせました。

♡ レシピ紹介 ～大学芋～ ♡

2月27日の給食に大学芋を出したところ、どうして「大学芋」って言うの？という質問があったので、調べてみました。由来は大正時代に、とある大学の正門前にあるふかし芋屋さんが寒い冬に、芋に蜜をかけて出したのが始まりだそうです。レシピもご紹介します。春休みのおやつに作ってみてはいかがでしょうか。さつまいもを揚げるのが大変な場合は、ふかし芋で代用してみてください。

<材料 約4人分>

さつまいも	中1本(250g位)
砂糖	大3と1/2
湯	大3と1/2
水あめ	小2
しょうゆ	小2/3
酢	少々
黒ごま	適量
揚げ油	適宜

<作り方>

1. さつまいもはよく洗い、皮付きのまま乱切りにし、水にさらす。
2. 油で揚げる。
3. 砂糖からしょうゆまでを合わせ、あめ状になるまで煮詰める。硬くなりすぎた時は酢で調整する。
4. さつまいもにたれを絡め、ごまをふりかける。

