

給食だより 11月号

平成 24 年 11 月 26 日

新宿区立戸塚第一小学校

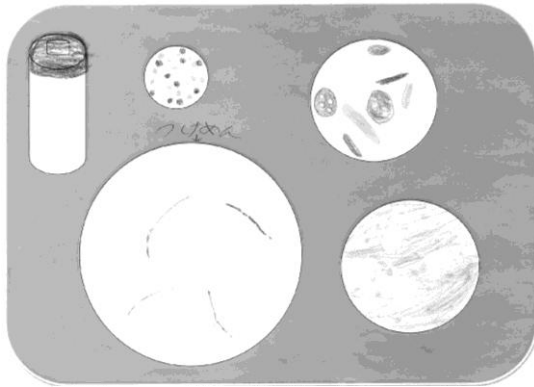
校長 小林 幹 夫

栄養士 相羽 真 秀 子

展覧会も終わり、ぐっと寒くなってきました。家族で鍋を囲めば、部屋も体も暖かくなります。冬野菜をたっぷり入れて、好きな鍋を作ってみてください。

☆ リクエスト給食紹介 ☆

11月は4年生のリクエスト給食です。2組の焼き鳥は、面白いアイディアでした。1組のつけ麺は島田先生の大好物です。どちらのクラスも、みんなで力を合わせて一つの献立を決めました。



4-1 のリクエストメニュー(11/29)

主 食 塩とんこつつけ麺

主 菜 煮玉子

副 菜 野菜チップス

デザート 秋のフルーツゼリー



4-2 のリクエストメニュー(11/12)

主 食 梅じゃこご飯

主 菜 焼き鳥

副 菜 味噌汁

デザート ソイミルクティゼリー

先日の学校公開では3年生のリクエストメニューを決めました。

2年生の時に読んだ「3匹のこぶた」の紙芝居を思い出しながら、食べ物にはたらしきがあること、給食はバランスを考えて作っていることを確認しました。どちらのクラスも麺に決まりました。12月の献立に入る予定ですので、楽しみにしてください。



勤労感謝の日って どんな日？

勤労感謝の日とは、もともと、その年に収穫された農作物の恵みに感謝し、穀物が豊かに実ることを願う「新嘗祭^{なめ}」というものでした。今では、国民の祝日に関する法律によって「勤労をたっとび、生産を祝い、国民たがいに感謝しあう」日と定められています。



出典：給食ニュースNo.1556

レシピ紹介 ～胡麻ドレッシング～

野菜が苦手でも、戸ーのドレッシングだとサラダを食べられるといってくれる子もいる自慢のドレッシングです。野菜はお好みで。給食では衛生管理上茹でていますが、おうちではビタミンをしっかりとるためにも生野菜にかけて食べてみてください。

<材料 つくりやすい分量>

酢 30cc
塩 4g
こしょう 少々
砂糖 20g
白練りゴマ 15g
油 40cc

<作り方>

1. 油以外の材料をボウルで混ぜる。
 2. 油を少しずつ垂らしながら、よくかき混ぜる。
- 蓋つきのビンなどに入れてよく振ってもいいです。こどもの手伝いにもなります。一緒に作ってはいかがでしょうか。



<給食費の納入にご協力をお願いします>

毎月 17 日(休日の場合は翌営業日)、再振替は 27 日です。

残高不足にならないよう、ご確認をお願いします。

