

## ぱくぱく



平成 26 年 5 月 30 日

校長 白 倉 代 助

栄養士 相 羽 真 秀 子

気温がずいぶん高くなってきました。疲れなどが出てきている児童も見受けられます。体調を崩さないようにするためにも、栄養バランスの良い食事を心がけて、毎日を元気に過ごせるようにしましょう。

## ♡ グリンピースのさやむき体験 ♡



5月15日の給食「グリンピースご飯」のグリンピースのさやを2年生がむきました。苦手な児童も多い食材ですが、自分でむくという経験をすることで、少しでもグリンピースを身近に感じてもらいたいと考えました。子供たちはさやの中に何個グリンピースが入っているか観察していました。また、全校児童が食べる大事な給食の食材だということで、一粒も落とさないぞという気持ちで丁寧にさやをむいていました。

体験の前にはグリンピースの仲間を紹介しました。豆苗(とうみょう)、さやえんどう、グリンピース、えんどうまめはみんな同じ仲間です。豆苗はあまり身近ではないかもしれませんが、最近スーパーなどで置いているのをみかけますので、ぜひ炒め物などにして食べてみてください。





## ♡ 給食試食会がありました ♡



5月29日にランチルームで給食試食会を開催しました。今年度の申込人数は55名で、これまでになく大勢の方に来ていただきました。ありがとうございます。来られなかった方も、配布資料をホームページで見られるようになっています。

保護者の方々から、給食のレシピを教えてくださいとのご要望をいただきました。今後給食だよりでも紹介していきたいと思います。ご希望があれば栄養士までご連絡ください。

試食会で記入いただきましたアンケートの結果など、詳細は次回の給食だよりで報告させていただきます。



## ♡ 6月の読書月間にむけて ♡



毎日1冊の本を紹介し、その中に出てくる料理を給食に出します。詳しくは給食カレンダーをご覧ください。1日目はみんなが知っている物語「ももたろう」のきびだんごにしました。

簡単でやさしい味のおやつです。おうちでもぜひ作ってみてください。

<きびだんご 12個分>

もちきび 160g

塩 ひとつまみ

水 1.5カップ

さつまいも 150g(大1/2本くらい)

塩 ひとつまみ

きび砂糖(三温糖) 20g

<作り方>

1. もちきびはきれいに洗ってから鍋に入れ、塩と水を加えて強火にかける。沸騰したらふたをして弱火にし、15分炊く。炊きあがったら火を止め、10分蒸らす。
2. さつまいもは皮をむいて柔らかくなるまでゆでる。砂糖と塩を加えつぶして団子状にする。
3. 炊いたもちきびをすりこぎなどで軽くつく。濡れた手でだんご状に軽くまとめながら12等分する。
4. きびの生地を手のひらで平らにし、さつまいもあんを乗せて丸く包む。

### <給食費の納入にご協力をお願いします>

給食費の口座振替は、毎月17日(土日にかかる場合は翌日)です。

再振替日は27日です。

金額をご確認の上、残高不足にならないようご協力ください。