

ランチタイム

令和2年
石橋北小学校
給食だより
2月

給食集会

給食週間実施しました

1月号でもお知らせしましたが、先月給食週間を実施しました。そして、1月29日(水)に調理員さんをお招きして、給食委員会が中心となり「給食集会」を行いました。全員でお礼の手紙を書いて直接調理員さんに手渡しました。

調理員さんにお礼を伝える機会がなかなかないので、直接お礼を伝えるとても良い機会となりました。

献立は栄養士さんが考えてくださっていますが、それをどうおいしく調理するか考えてくださり、毎日毎日手間暇かけて調理してくださっているのは、4名の調理員さんです。毎日おいしい給食が食べられるのは、調理員さんのおかげですね。これからも感謝の気持ちを忘れずに給食をいただきます。



調理員さんにアンケート

給食委員会の児童が調理員さんにアンケートを行いました。

Q1. 作るのが1番大変な給食は？

ピザトーストです。1枚ずつソースをぬって具をぬってチーズをのせてから焼くので、意外と大変なメニューです。

Q2. 作っていて大変なことは？

たくさんの野菜を洗って切ることです。皮をむいたり、ほうれんそうや小松菜は土や虫が付いていないか1本ずつ確認して洗います。

Q3. みんなへメッセージ

いつも元気なあいさつで給食を取りに来てくれるので、とても嬉しいです。戻ってくるワゴンも整理整頓されていてとても助かります。ありがとうございます。

Q4. おいしい給食のひけつは？

ていねいに作ることです。野菜を同じ大きさに切ったり、緑色の野菜は作る前に1度ゆでてから使います。みんなで一緒に楽しく食べることもおいしく食べられるひけつだと思います。

今月の目標

マナーを守って生活しよう

2年食育授業「おはしの持ち方」

おはしの持ち方についての学習を、1月9日(木)に行いました。食卓の時に皿に残ったご飯粒や小さなおかずまできれいに食べるためには、おはしを正しくもつことが重要ということから、おはしの正しい持ち方や使い方や使い方を学びました。おはし検定カードを利用し、段階的におはしの持ち方を学習していき、最終的には小さな物をおはしでつまめるようになることを目指します。今後も少しずつ検定を実施していく予定です。



3年食育授業「食べ物のお仕事をしよう」

赤・黄・緑の栄養についての学習を、1月29日(水)に行いました。給食の食材が赤・黄・緑のどこに分類されるかみんなで考え、給食には3色の栄養がバランスよく入っていて、それをきちんと食べることが自分たちの成長に必要なだということを学習しました。自分の体のことを考え、少しずつ苦手なメニューにもチャレンジしてくれるようになってほしいと思います。



きゅうしょく しょうかい
給食のメニュー紹介

【かんぴょうのキッシュ】

給食週間で1位になった栃木県の献立で出された一品です。下野市の特産物のかんぴょうを使った料理です。作ってみてください。

ざいりょう にんぷん 材料 【4人分】	
サラダ油・・・1.2g	卵・・・80g
おろしにんにく・・・0.8g	
ウインナー・・・28g	生クリーム・・・5.2g
たまねぎ・・・44g	牛乳・・・30g
かんぴょう・・・6.8g	シュレットチーズ 20g
ほうれん草・・・20g	
エリンギ・・・14.4g	
食塩・・・0.6g	
ホワイトペッパー・少々	
コンソメ・・・1.2g	

〔作り方〕

- ①材料の下準備をする。
 - ・かんぴょう・ほうれん草・・・短くカットし、下ゆでしておく。
 - ・玉ねぎ・・・・・・・・・・スライスする。
 - ・エリンギ・・・・・・・・・・短冊切り
- ②フライパンにサラダ油とニンニクを入れ、ウインナーを炒める。
- ③そこに玉ねぎ、エリンギを加えさらに炒めてAで調味してから、かんぴょう・ほうれん草を加える。
- ④Bを混ぜておく。
- ⑤天板にオープンペーパーを敷き、③の具材を流し平らに整える。そこにBを流し入れ、シュレットチーズを振る。
 (学校では、天板でなくアルミカップに入れました。)
- ⑥オーブン 180℃で15分焼いたら完成です。