

給食だより 6月



6月は食育月間です。
はやね・はやおき・あさご
はんを合言葉に
元気にすごしましょう!

秦野市立広畑小学校

5月中旬頃から、真夏日であったり、肌寒い日であったりと、寒暖差があり体調管理に気を付けたい気候となっています。早寝・早起き・朝ごはんを心掛けたいですね。

また湿度が高くなってきました。給食室ではより一層衛生管理に気を付けて調理を行っています。5月19日(食育の日)に3年生がそら豆のさやむき体験を行いました。むいたそら豆は給食室での衛生管理のもと、どのように調理されたのか一部ご紹介します。



↑野菜は流水で3回以上洗います。



↑料理は中心温度計を用いて
十分加熱されているか確認します。



↑配食専用エプロンと青いビニール
手袋をつけ、配食を行います。

こんげつ しょくいくよてい 今月の食育予定



きゅうしやく ざんりょう ぎょうしやくしつ
給食の残量や、給食室のごみ・資源の分別に
ついて学習する予定です。

ねんせい がつ
4年生 6月 18日(水)

こうじ しゃかい か
5校時 社会科 ごみはどこへ

レシピ紹介

児童からレシピ掲載のリクエストがありました。保護者の皆さまも
気になる献立がありましたら、ぜひお伝えください。

ヤンニョムチキン 4人分

(4月23日の献立より)

鶏もも肉 一口切り 200g強

にんにく すりおろし 少々

酒 小さじ1

こしょう 少々

塩 少々

でんぷん(片栗粉) 大さじ2強

揚げ油 適量

☆タレの分量☆

コチジャン 大さじ1/2

ケチャップ 大さじ1と1/2

しょうゆ 大さじ1/2

みりん 大さじ1/2

さとう 大さじ1

にんにく すりおろし 少々

白ごま 小さじ1

広畑小のHP
で給食の写真を
見ることができます。

- ① 一口大の鶏もも肉に、にんにくすりおろし・酒・塩こしょうで下味をつける。
- ② ①にでんぷん(片栗粉)をまぶし、油で揚げる。
- ③ ☆タレ☆の材料をすべて鍋に入れ加熱する。
- ④ ③に揚げた鶏肉を入れ、鍋でしっかり煮絡める。