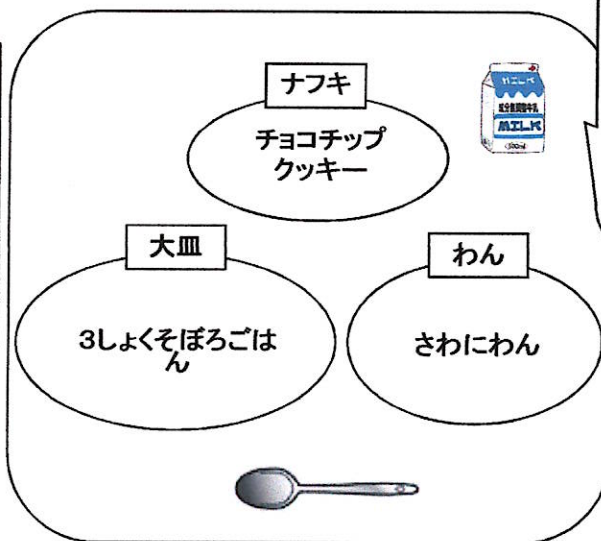


# ランチタイムだより



## 【今日のもりつけ】

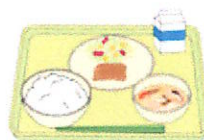
トイレの後、給食を食べる前には必ず手を洗いましょう。



もりつけの見本と同じように、食器を置いてみよう。食事のマナーは、食器のセットからはじまるよ。給食は頭で考えながら、心でも食べて下さいね。



☆担任の先生へ☆  
食器の置き方は、このランチタイムだよりの通りに置いて下さい。食器の置き方も大切な食事マナーのひとつになります。



きょう こんだて  
今日の献立  
10月12日(水)

しゆしよく しゆさい さんしよく はん ふくさい さわに  
(主食と主菜)三色そぼろご飯 (副菜) 沢煮わん  
(デザート)チョコチップクッキー ぎゅうにゅう 牛乳

きょう はん さんしよく どんぶり  
今日は、ご飯に三色のそぼろをのせた丼です。

こま つか ほんつか  
細かくてポロポロしたそぼろを作るには、いくつかコツがあり、おうちでは、おはしを4~5本使って混ぜ続けるときれいに出来あがります。

また「沢煮わん」は、「せんぎ」にした野菜や肉など、たくさんの具材を使った汁ものことですが昔は「多い」ことを「沢」と言っていたことから、この名前になりました。

またせんぎにした野菜は、「沢の水が流れる様子」にも似ているということです。

おなじ じゆん かわ さい かわ じゆん かわ じゆん かわ  
同じ汁ものでも、野菜の切り方によって、味や食感がちがってきます。

いつもの汁に入っている、にんじんや大根の三角に近い切り方は、「いちよう」に似ていることから「いちよう切り」と言います。

やさしい かわ かわ じゆん じゆん ほん じゆん  
野菜の切り方にはいろいろな種類がありますので、料理の本などで調べてみましょう。

きょう ちようりいん あいじよう てづく  
今日は、調理員さんの愛情いっぱい「手作りチョコチップクッキー」もあります☆