

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。

みかん
大皿
ごはん
たらこふりかけ
メンチカツ

わん
はるさめ
スープ

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。

今日の献立
10月20日(木)

(主食)ごはん+たらこふりかけ (主菜)きやべつメンチカツ
(副菜)春雨スープ (デザート)みかん 牛乳

今日は、調理員さん手作りの「メンチカツ」です。
日本で初めてメンチカツが食べられるようになったのは、明治時代のことでした。
東京の浅草にある洋食屋さんが作りましたが、その頃は「ミス・ミートカツレット」という名前でした。ミスは、英語で「細かくきざむ」という意味ですが、聞きまちがいや言いまちがいから、「メンチカツ」になったようです。

ハンバーグのように、ひき肉・玉ねぎ・調味料をよく混ぜてから、丸めてパン粉をつけます。あとは、コロッケのように揚げるだけ。今日は玉ねぎのほかに、きやべつも入れていますので、シャキシャキして栄養バランスよくなっています。

デザートには「みかん」もありますので、ビタミンをとって元気にすごしましょう☆