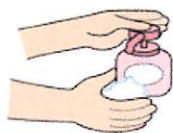


ランチタイムだより



【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。



はなみかん



わん

大皿

ごはん+スタミナ
なっとう
さばのカレーこやき

ワンタンスープ



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
12月15日(木)

(主食)ご飯 (主菜)さばのカレー粉焼き (副菜)スタミナ納豆

(副菜)ワンタンスープ 牛乳

今日は、10月に初めて作った「スタミナ納豆」です。

これは鳥取県の給食センターで考えられたもので、人気No.1メニューだそうです。

鳥取県では、納豆を食べる人が少なかったのですが、「栄養のあるものだから食べてほしい」

と思った栄養士さんは、食べやすくするよう工夫しました。

とりのひき肉を炒めて、にんにくや調味料で味つけし、ピリ辛にしています。

それに納豆を混ぜると、ご飯がとまらなくなるおいしさです。

30年前に考えられたメニューですが、「秘密のケンミンSHOW」でも紹介されました。

そして、主菜の「さば」は、しょうゆ・カレー粉・たまねぎなどで下味をつけて、給食室の大きなオーブンで焼きました。カレー粉は、肉や魚につけたり、スープに入れてもおいしくなります。

お魚にもいろんな食べ方がありますので、ぜひ本やインターネットで調べてみてくださいね☆