

# 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。



カップ

きなこ  
しらたま



小皿

てんぷら  
(ちくわ・かぼちゃ)

わん

しっぽく  
うどん

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  
1月17日(火)

(主食と主菜)しっぽくうどん (副菜)てんぷら【ちくわ・かぼちゃ】  
(デザート)きなこ白玉 牛乳

今日は、うどんのメニューです。「しっぽくうどん」というのは、四国にある香川県の料理です。「しっぽく」という名前は、「秋から冬にかけてとれる、たっぷりの具材を入れた」という意味です。季節の野菜や肉・油揚げなど、いろいろなものが入っているため、栄養満点なうどんです。香川県は、「さぬきうどん」が有名ですね。「さぬきうどん」は、コシがあるのが特徴です。「コシ」とは、モチモチしていて、しっかりした歯ごたえがあることを言います。うどんにコシがあるのは、ふつうの小麦粉ではなく、「中力粉」を使っていることも関係しています。中力粉はタンパク質が多いため、こねるとコシが出るのです。給食室では、調理員さんがていねいに、昆布とかつお節からダシをとっています。そこに、とり肉や野菜のおいしいエキスが加わり、おいしい汁になりました☆