

令和3年

4月 いただきます



今月の月目標 協力して給食の準備をしよう

ご入学・ご進級おめでとうございます！

彩り豊かな花々が咲き誇る中、ピカピカの新入生を迎えて新しい1年がスタートしました。

学校給食は、学校で食べる“食事“ということだけではなく、栄養バランスのとれた豊かな食事です。成長期にあるお子さんの健康増進、体位の向上を図ることはもちろん、将来にわたって健康な生活を送れるように、食に関する正しい知識と望ましい食習慣を身につけるための教材となります。給食の準備も、友達と協力したり、衛生管理を学んだりできる大切な時間です。みんなで協力して給食の準備ができるよう、御家庭でもお声掛けをお願いします。



まずは、石けんで手を
きれいに洗いましょう！！



給食当番の人は…

◆清潔な白衣（エプロン）に着替えましょう。

- ・帽子から髪をださない
- ・マスクで口と鼻をおおう



◆配膳表を見て盛り付けましょう。

- ・一人分の量を考える
- ・汁は底から混ぜる
- ・おかずに手で触らない



給食当番以外の人は…

◆換気をしましょう。

◆机をきれいにし、静かに待ちましょう。



4月16日（金） 入学・進級お祝い献立 食育の日～協力して食べよう～

加糖食パン、牛乳、
たらとポテトのカレーマヨ焼き、
アスパラソテー、豆乳コーンポタージュ

給食レシピ お試しください

たらとポテトのカレーマヨ焼き

材料(4人分)

- ・たら切り身 2切れ ★マヨネーズ 大さじ2
- ・塩 少々 ★カレー粉 小さじ1/4
- ・じゃがいも 中2個 ★米粉 小さじ1
(カレー粉はお好みにより調節してください。)

作り方

- ① たらは2センチ角に切って、塩で下味をつける。
- ② じゃがいもは2センチ角に切り、耐熱容器に入れてラップをし、600Wの電子レンジで4分加熱する。
- ③ 合わせた★と、たら、じゃがいもを混ぜ合わせ、耐熱容器に入れて、220度のオーブンもしくはトースターで15分程度焼いたら完成です！

4月19日（月） 滋賀の日

白飯、牛乳、さけの塩焼き、
ひじきの炒め煮、豚汁

毎月1回、『滋賀の日』があります。

『滋賀の日』には、滋賀県の特産品を使用した献立や郷土料理を提供します。今月は「ひじきの炒め煮」に、滋賀県近江八幡市の特産品である赤こんにやくと滋賀県産の大豆を使用します。

滋賀県の美味しい食材を味わいましょう！

今月の滋賀県産の食材



ぎゅうにゅう



だいず



なっとう



もやし



だいこん



今月の東近江市産の食材



こめ



みそ



キャベツ



チンゲンサイ



こまつな



きゅうり



ねぎ



ほうれんそう



毎月、このおたよりを通して、給食や食育についての食に関する情報をお知らせします。御家庭での食育にも役立てていただければ幸いです。



カルちゃん



鉄ちゃん



せんいちちゃん