

給食目標 正しい食事のマナーを身につけよう

給食時間の約束

<p>食事マナーは、相手への思いやりの気持ちがあらわれたものです。食事の場が楽しい雰囲気になるようにみんなで工夫しましょう。</p>	<p>好ききらいをしないで食べよう</p> 	<p>口に食べ物を入れたまま話さないようにしましょう</p> 
<p>食べている途中で立ち歩かないようにしましょう</p> 	<p>食事中にきたない話はやめよう</p> 	<p>よくかんで楽しく食べよう</p> 

16日(金)の『たけしろ汁』について

北海道の名付け親となった松阪市出身の松浦武四郎さんにちなみ、北海道の石狩汁を給食向けにアレンジして、『たけしろ汁』と名づけました。



☆2月使用予定の松阪市の地場産物☆

こめ 米・しいたけ・たまご・豆腐・油揚げ
なばな・小松菜・松阪赤菜

《今月のちゃちゃもランチ》

14日(水)に「みえの伝統野菜」である松阪赤菜を使った『松阪赤菜入りチャーハン』を予定しています。



献立紹介

【材料 4人分】

しいら 50g×4切
酒 適量
塩こしょう 少々
かたくり粉 適量
揚げ油 適量
たまねぎ 100g
青ねぎ 20g
サラダ油 適量
酢 小さじ2
三温糖 おおさじ1
濃口しょうゆ 小さじ2
かたくり粉 小さじ2/3
水 小さじ2

9日(金)の献立から しいらの野菜あんかけ

【作り方】

- ①しいらは酒と塩こしょうで下味をつけておく。
- ②①にかたくり粉をまぶし、油で揚げる。
- ③たまねぎはうす切り、青ねぎは小口切りにする。
- ④フライパンにサラダ油を熱し、③を炒める。
- ⑤④に酢、三温糖、しょうゆを加える。
- ⑥⑤に水溶き片栗粉を加え、あんを作る。
- ⑦②に⑥をかけて仕上げます。