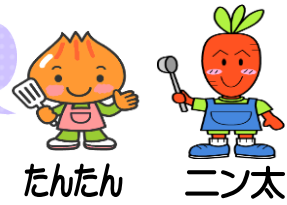




3月



令和3年度 岩見沢市教育委員会 学校給食課

給食だより

給食に関する質問等は、学校給食課までご連絡ください。(TEL 22-4008) e-mail: kyusyoku@i-hamanasu.jp



今月のもくひょう 1年間の 反省をしよう

毎月、給食目標を決めています。季節の食材や目標にあった内容をお知らせします。

ぜひお子様と一緒に読んで下さい。

給食費は期日までの納入をおねがいします。

給食費は、食材の購入のみにあてられ、人件費や施設の建設費などは全て市の負担です。

食生活をふり返ってみよう!



3月は、1年間の締めくくりの月です。給食についてもこの1年間どうだったか振り返ってみましょう!

手洗いや、食事の準備、後片付けをするときは、きちんとできていたかな?



食事のマナーを守って食べていたかな?



食べ物のはたらきや、体によい食べ方を理解し、食べていたかな?



食べ物や食事に関わる人々に感謝して、食べていたかな?



北村小6年生の考えた こんだてが登場します!



- 牛乳
- Butterライス
- 春雨とコンソメの湯オスープ
- 鳥De筋肉プラス
- 野菜の音楽隊
- 手洗い・うがい・ヨーグルト

班ごとにそれぞれ献立を考え、4.5年生へプレゼン発表の結果、選ばれた献立が登場します。どの班もすてきなアイデアがたくさんで、とても素晴らしい発表でした。五大栄養素を考えながら、みんなが食べたくなるような食材や献立名をつけたこの日だけの特別メニューを、ぜひ楽しんで食べてくださいね♪

今月の 注目メニュー



毎月の注目食材や特別献立、行事食などについてお知らせします。「献立表」とあわせてご覧ください。

★桃の節句こんだて

Aコース 2日(水)・Bコース 1日(火)

3月3日の桃の節句にちなんで、ちらしずしとすまし汁、桃の節句の絵柄の入った焼きのりが登場しますよ!ちらしずしをのりに巻いて食べよう!

★卒業おめでとうこんだて

Aコース 9日(水)・Bコース 8日(火)

卒業生の皆さんの卒業をお祝いして、カツカレーといちごクリームの入ったクレープが登場しますよ!今まで食べた給食を思い出しながら素敵な給食時間を過ごしてくださいね♪

★北村小6年生の考えたこんだて

Aコース 10日(木)・Bコース 11日(金)

北村小6年生の考えたこんだての登場です!しっかりと栄養も考えながら、ユニークなアイデアやオリジナリティのある献立名でワクワクしますね! Butter ライスは、ごはんの上にバターをのせて、パックしょうゆをかけてオリジナル Butter ライスにして食べよう!

★たんたんの日こんだて

Aコース 17日(木)・Bコース 18日(金)

今月は、岩見沢産の大豆・手造りみそを使用した岩見沢呉汁が登場しますよ!

1月の食に関する指導の様子



上から作っている様子を見ましたよ



第一小学校の調理所見学の様子。実際にトラックを見たり、釜を混ぜる体験をしましたよ!



ニン太の レッツ COOKING♪ コケビヨウ丼 (親子丼)

材料(4人分)

- 鶏もも肉...120g
- 干しいたけ...3g
- たけのこ...40g
- 鶏卵...5個
- 長ねぎ...20g
- 玉ねぎ...3玉
- さとう...小さじ2
- みりん...大さじ3
- しょうゆ...大さじ4
- 酒...大さじ1
- おだし...大さじ2
- 水... 適量

~つくり方~

- ① 鶏肉は一口大、たけのこは千切り、長ねぎは小口切り、玉ねぎはくし切りに切る。干しいたけは戻しておく。
- ② 調味料Aと玉ねぎ、たけのこを入れて煮る。
- ③ 鶏肉・干しいたけ・長ねぎを入れて煮る。
- ④ 鶏肉に火が通ったら溶いたたまごを入れて、全体に混ぜ合わせる。
- ⑤ たまごに火が通り、お好みの固さになったらできあがり♪

2月に登場した第一小の6年生の考えたこんだてです。お好みに合わせて具材を変えてもいいですね☆