きゅうしょくだより

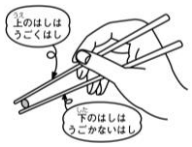
みんな大好き福井市学校給食
Facebookページ

令和６年　３月
東安居小学校

いよいよ３月。学校では１年間のまとめの月です。新しい学年に向けて、元気に過ごしましょう。

食事のマナーをふり返りましょう

給食時間の過ごし方や毎日の食事の仕方はどうでしたか。１年間をふり返り、下の①～⑧について、「はい」または「いいえ」の当てはまる方に〇をつけましょう。

① 茶わんやしるわんを正しく持って食べることができた はい　・　いいえ	② 口に食べ物が入っているときは話をしなかった はい　・　いいえ	③ 食べている途中で立ち歩かなかった はい　・　いいえ	④ 食事にふさわしい会話ができた はい　・　いいえ
⑤ せすじをのばして食事することができた はい　・　いいえ	⑥ 肘をつかずに食事ができた はい　・　いいえ	⑦ 正しいはしの持ち方で食べることができた  はい　・　いいえ	⑧ 食事の準備や後片付けがきちんとできた はい　・　いいえ

いくつ「はい」に〇がつきましたか。マナーを守って食べることで、いっしょに食べる人、同じ部屋にいる人も気持ちよく過ごすことができます。できなかったところは、今日から気を付けましょう。

人気メニューレシピ

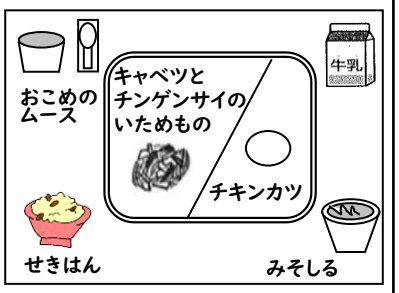
揚げパン　3月1日（金）

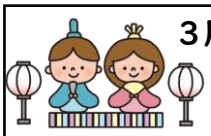
＜材料（5人分）＞
・きなこ　２５ｇ　・砂糖　２５ｇ　・塩　少々
・コッペパン　５本　・揚げ油　適量

＜作り方＞
①きなこ、砂糖、塩を混ぜ合わせる
②コッペパンを揚げる
③油で揚げたコッペパンに①をまぶして出来上がり

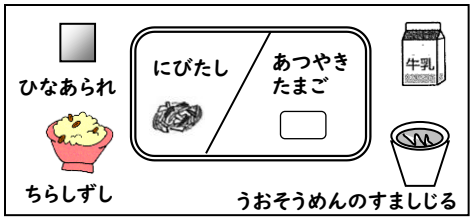
卒業お祝い給食　3月6日（水）

日本では昔から赤い色は縁起がよく、赤飯がお祝いの日に食べられてきました。もち米を小豆と小豆の煮汁で炊くとお米が赤い色に染まり赤飯ができます。





3月4日（月）　ひなまつり給食



３月３日は「ひなまつり」です。女の子の健やかな成長と幸せを願う日です。

「ひなあられ」には、災いや病気を追い払うという願いが込められています。

人気メニューレシピ

ビビンバ　3月7日（木）

＜材料（5人分）＞

【たれ】・しょうが（すりおろし）小さじ1/2　・にんにく（すりおろし）小さじ1/2
・いりごま　小さじ2　・唐辛子　少々　・酢　大さじ1と1/3
・しょうゆ　大さじ2　・さとう　大さじ1　・ごま油　小さじ1

①【たれ】の材料を入れ煮立たせ、肉炒め用、ナムル用に分ける。ナムル用は冷やしておく

【ナムル】・もやし　1袋　・ほうれんそう　1/2袋　・にんじん　中1/2本

②にんじんは細切り、ほうれん草は2～3cmに切る
③にんじん、ほうれんそう、もやしをそれぞれゆで、水にさらす
④水気をきり、ナムル用のたれで和える

【肉炒め】・豚肉　200g　・油　適量

⑤フライパンに油を入れ肉を炒める
⑥肉炒め用のたれを入れよく炒め、味を確認して仕上げる

＊温かいごはんの上に、ナムルと肉炒めをのせて、ビビンバのできあがり！！