



いただきます

いよいよ今年度も残りわずかとなりました。1年間の自分の食生活や給食を通して学んだこと、できるようになったことをふり返って、これからも食を大切にして、元気に過ごしましょう。

お子様と一緒に読みください



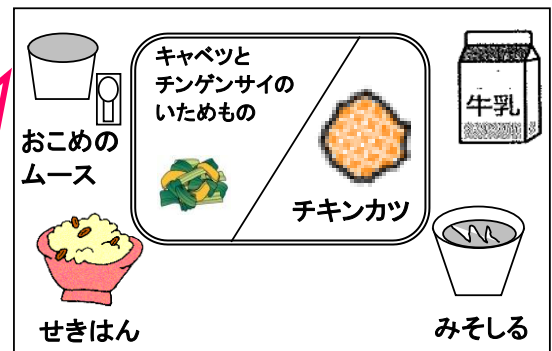
卒業お祝い給食

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、もち米が赤い色に染まり赤飯ができます。





全校のみなで、6年生のみなさんの卒業をお祝いしましょう。



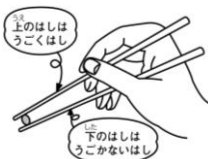

赤飯は、大切に守られてきた日本の食文化のひとつです。6年生のみなさんは、6年間をふり返りながら、楽しくいただきます。1年生から5年生のみなさんも、お世話になった6年生への感謝の気持ちでいただきます。



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○をつけましょう。

<p>① 茶わんや汁わんを正しく持って食べることができた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>② 口に食べ物が入っているときは話をしなかった</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>③ 食べている途中で立ち歩かなかった</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>④ 食事にふさわしい会話ができた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>
--	--	--	---

<p>⑤ せすじをのぼして <small>しよくじ</small> 食事をすることが できた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑥ ひじをつかずに <small>しよくじ</small> 食事ができた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑦ 正しいはしの持ち <small>ただ</small> <small>も</small> 方で食べることが できた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>	<p>⑧ 食事の準備や後片 <small>しよくじ</small> <small>じゆんび</small> <small>のちかた</small> 付けがきちんと できた</p>  <p>はい ・ いいえ</p>
---	---	--	--

「はい」に、いくつ〇ができましたか。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
今月の献立より


☆☆ きな粉揚げパン ☆☆



<材料(5人分)>
 コッペパン 5個
 きな粉 25g
 砂糖 25g
 塩 少々

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

Facebook
 「みんな大好き
 福井市学校給食」



☆☆ ビビンバ ☆☆

【たれ】
<材料(5人分)>
 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
 砂糖 大さじ1
 ごま油 小さじ1

<作り方>
 ①たれの材料を煮立たせて、

【ナムル】
<材料(5人分)>
 もやし 1袋
 ほうれんそう 1/2袋
 にんじん 中1/2本

<作り方>
 ①にんじんは短冊切り、
 ほうれんそうは2~3cm
 に切る。
 ②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。

【肉炒め】
<材料(5人分)>
 豚肉 200g
 油 適量

<作り方>
 ①フライパンに油を入れ、
 肉を炒める。
 ②肉炒め用のたれを入れ、
 よく炒め、味を確認して

*温かいごはんの上に、
 ナムルと肉炒めをのせて
 ビビンバの出来上がり!