

日に日にあたたかく春らしくなってきました。新しい学年への旅立ちの準備の月です。給食についても、この1年、決まりを守り、楽しい給食時間を過ごすことができたか、振り返ってみましょう。



3月のこんだて



- 1日：『里芋のチーズ焼き』は、新メニューです。蒸した里芋を滑らかになるまでつぶして、チーズをふりかけて焼きます♪
- 2日：『豆腐と肉団子のスープ』も新メニューです。肉団子は手作りです。
- 3日：ひな祭りにちなんで、ひな寿司です。また、『菜の花和え』の“なばな”は、この時期の野菜で、ほろ苦い味がします。これを『春らしいなあ』と感じられたら、大人の仲間入り!?ですよ。
- 9日：新メニュー『ツナドック』です。ツナと玉ねぎをマヨネーズで和えたものをパンにはさんで、焼きます。
- 10日：初登場！『じゃここんぶサラダ』です。海の物のちりめんじゃことこんぶが入ったサラダです。
- 18日：今年度、よく食べたおかずNO. 1『和風ハンバーグ』で、3学期最後の給食をしめくります。また、西区馬宮産のお米を炊きます。お楽しみに♪

1年生が献立をたてました♪♪

2月に1年生が家庭科の授業で『献立のたて方』について勉強しました。学校栄養士がゲストティーチャーで授業に参加し、献立をたてる時のポイント、献立の組み立て方について話をしました。

本を参考にしたりして、『6群の食品が足りないな・・・』『このスープは、この料理には合わないな・・・』など、栄養のバランス、組み合わせなどを考えていて、どれも、おいしそうで、楽しい献立が出来上がったようです。

1人1人が献立をたてた中からクラスで1つを選び、4月に給食に登場する予定です!!どんな献立が登場するか、楽しみにしててください♪



つくってみませんか 【里芋のチーズ焼き】～給食の献立より～

〈材料4人分〉

里芋	6個 (300g)
塩・こしょう	少々
生クリーム	大さじ2・1/2
マヨネーズ (細口チューブ)	15g
ピザ用チーズ	30g
パセリ (乾燥)	少々
パン粉 (乾燥)	大さじ2
粉チーズ	大さじ2
カップ	4個

〈作り方〉

- ①里芋は、いちょう切りにし、柔らかくなるまで蒸す。
- ②里芋が温かいうちに、しっかりとつぶす。

★しっかりと、つぶしておくこと、なめらかで、おいしく仕上がります。

- ③塩、こしょう、生クリームを混ぜ、なめらかにする。
 - ④③をカップに入れる。
 - ⑤パセリ、粉チーズ、パン粉は混ぜておく。
 - ⑥④に、ピザ用チーズをのせ、マヨネーズを絞り出し、⑤をかけて、オーブンで焼いて、出来上がり。
- (200℃ 15分目安)