

試食会を実施しました

(1年生保護者59名 9月27日実施)

<献立>

主食…キムタクチャーハン ・牛乳
主菜…シューマイ
副菜(汁物)…中華風コーンスープ

保護者の皆様には、試食や学校給食の概要についての説明、給食ができるまでのビデオにより、学校給食について御理解を深めていただく機会となりました。

たくさんの御感想をありがとうございました

こんなに成長した1年生!(アンケートより)

- ・牛乳が飲めるようになった。
- ・苦手な野菜でも食べるようになった。
- ・食べたことのないものにも、チャレンジするようになった。
- ・意欲的に食べるようになった。



- ・家でもお手伝いをするようになった。



- ・食事を楽しむようになった。



<試食して>

- ・キムタクチャーハンは辛みが少なく、優しい味で子どもたちもおいしく食べられると思いました。
- ・キムチとたくあんの食感がよく、よくかんで食べられると思いました。
- ・スープに入っていた野菜は小さめに切られていて子どもたちも食べやすいと思いました。
- ・スープは味もよく、具たくさんでとても食べごたえがあり、家でも作ってみたいと思いました。
- ・少し薄めの味付けも参考になりました。

<ビデオを視聴して>

- ・普段は見ることのできない給食作りの様子を見ることができてとてもよかったです。
- ・安全においしく作る工夫がよくわかりました。
- ・衛生面の管理が徹底していて、安心できました。
- ・毎日丁寧に給食を作っていたということがわかり、本当に感謝です。

給食のレシピ紹介



<もずく丼の具> 9月の献立から

材料(1人分)

- | | |
|------------|----------|
| ・もずく…20g | ・片栗粉…1g |
| ・豚ひき肉…30g | ・しょうゆ…7g |
| ・たまねぎ…25g | ・砂糖…3g |
| ・にんじん…5g | ・みりん…1g |
| ・しょうが…0.5g | ・酒…1g |
| ・ホールコーン…8g | ・食塩…少々 |
| ・サラダ油…1g | ・ごま油…少量 |

作り方

下準備：たまねぎ、にんじんは

粗みじん、しょうがはみじん切りにしておく。

- ① 熱したフライパンに油を敷いて、しょうがと豚肉を炒める。
- ② たまねぎ、にんじんを加えて炒める。
- ③ 調味料を加え、なじませる。
- ④ ホールコーン、もずくを加えて混ぜ合わせる。
- ⑤ 水溶き片栗粉、ごま油を加える。

