

4月給食だより

ご入学・ご進級おめでとうございます

新しい学年・新しい友達・新しい教室で1年間の学校生活が始まりました。児童、生徒のみなさんも新生活に胸をはずませていることではないでしょうか。何をするにも健康でなければやる気も出てきません。食べ物は、体の中でさまざまな働きをしてくれます。病気をしない丈夫な体、少しぐらい疲れてもすぐに戻る元気な体、それらは食生活が大きく関係しています。好き嫌いせずバランスよく食べて1年間を元氣よく過ごせるよう心がけましょう。

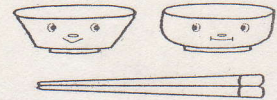


【小禄学校給食センターの紹介】

- 所長 1名
- 副所長 1名
- 事務主事 1名
- 調理主査 1名
- 調理主任 2名
- 調理員 19名
- 運転手 4名
- 栄養職員(県費) 2名
- ボイラーマン(委託) 1名

【給食費】

- 小学校.....4,300円
- 中学校、職員.....4,800円



学校給食は、保護者のみなさんが納付する給食費で運営されています。納付された給食費は、給食の食材費にのみ使用されており、人件費や光熱費などには、一切使用されておりません。子どもたちのために、毎月10日までに納めてくださいますようご協力をお願いします。

新学期です！給食当番さんも、もう一度服装を見直しましょう

給食当番は、みんなに給食をくばる責任のある仕事です。身なりを清潔にし、てきぱきと動きましょう。

★給食当番をする前に・・・★

- ①きれいに手を洗いましたか？手を洗ったら清潔なハンカチでふきましょう。
- ②エプロンを着る前にトイレに行きましょう。

★給食当番さんの服装について★

- ① ぼうしをしっかりとかぶる。
 - ② ぼたんをはめて、エプロンを整える。
- ※お互いに正しい身支度が出来たか、確かめ合いましょう。また、エプロンは、週の最後の日に持ち帰り、家で洗濯をしましょう。

❀ 学校給食人気メニューのレシピ ❀

麻婆大根

< 材料 4人分 >

- 豚ひき肉 80g
- 豚レバー 12g
- 沖縄豆腐 160g
- 絹ごし豆腐 160g
- だいこん 200g
- たまねぎ 60g
- にんじん 60g
- にら 20g
- しょうが 2g
- サラダ油 4g
- 中華ベース 24g
- 甜面醤 8g
- 赤味噌 12g
- ごま油 4g
- しょうゆ 4.8g
- 卸にんにく 2g
- 三温糖 0.8g
- 豆板醤 0.4g
- でん粉 8g

調味料

< 作り方 >

- ①だいこんは1cm角切り、たまねぎ、にんじん、にら、レバーはみじん切りにする。しょうがは、すりおろしてしぼり汁を使います。
- ②豆腐は、1.5cm角切りにし、水気を切っておく。
- ③豚ひき肉・豚レバーをしっかり炒めて、にら以外の野菜を炒める。
- ④野菜に火が通ったら、調味料を加えて味付けをする。
- ⑤豆腐を加えてひと煮たちさせる。
- ⑥豆腐に火が通ったら、にらを加える。
- ⑦最後に、水溶きでん粉でとろみをつけてできあがり！

