

平成29年度2月給食だより

練馬区立南町小学校

今月の給食目標は”みんなで楽しく食べましょう”です。
 楽しく食べるためには 食事のマナーを守ることも大切です。食事のマナーは自分自身や周りの人が
 スムーズに気持ちよく食事をするために必要です。はしとお碗を使う日本の食事では以下の4つの事
 に気を付け、毎日実践しながら身に付けていきましょう。

姿勢を正そう



テーブルと体の間をこぶし1つ分くらい開け、
背筋を伸ばしましょう。

わんを持って食べよう



茶わんやお碗を持って食べるようにすると
姿勢がよくなり、食べこぼしも防げます。

はしは正しく持とう

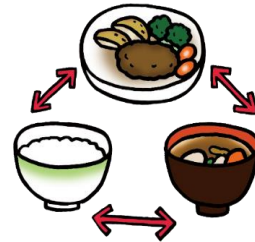


下のはしは動か
かさず、人差し
指と中指で
上のはしだけ
を動かそうね。

「つまむ」「切る」「裂く」「すくう」など、
はしの機能がフルに生かせます

ご飯とおかずを交互に食べよう

1つのもばかり
食べる「ばかり
食べ」は、作ってく
れた人や一緒に食
べる人をいやな気
持ちにします。
途中で残すと栄養
にかたよりも出や
すくなります。



イタリアンスープ 4人分

ベーコン20g
 鶏肉80g
 にんじん40g
 玉葱80g
 じゃがいも120g
 パセリ少々

パルメザンチーズ.....10g
 パン粉4g
 卵1個

炒め油適量
 ガラスープ700cc
 塩・こしょう適量

作り方

1. ガラスープをとります。
2. 野菜を適当な大きさに切ります。
3. ベーコン・鶏肉・野菜を炒めます。
4. スープを加え塩・こしょうで味を整えます。
5. チーズ・パン粉を溶き卵にいれよく混ぜておきます。
6. スープに5を回しながら入れパセリをちらし仕上げます。

パン粉に卵がくっついて小さな黄色い花が咲いたように見えます。

給食室からこんにちは

野菜が育つために必要な日照が足りなかったため、地場野菜の大根・白菜・小松菜などの収穫が遅れています。又 1月下旬から厳しい寒さが続き、雪も降りました。雪に埋もれた野菜は光が当たるように雪を除いてあげると、作物の回りに輪が出来たように土が見えるようになります。光合成で二酸化炭素を取り入れ酸素を排出するエネルギー活動をしているからです。寒い中でも大きくなろうと頑張っている作物を食べることは生命のエネルギーをいただいていることとなります。広い畑では雪を除く作業は難しいため雪解けを待つこととなります。何日も雪に覆われていると収穫することができなくなります。天候に左右される野菜が当たり前の様にあるということは、見えないところで働いてくれている人がいるからだということを知り、定刻に納品される野菜を見て感謝せずにはいられませんでした。

給食費について

2月の給食費引き落としは 2月5日(月)・2月20日(火)です。今年度最後の引き落としとなります。残高の確認をお願いいたします。ご理解ご協力よろしくをお願いいたします。