

給食室から

〈 5月の行事食：こどもの日 〉

- 中華ちまき
- もやしサラダ
- ちんげんさいと卵のスープ
- 牛乳



もち米を一時間半、水に浸したあと、炒めて味をつけます。



炒めた米を、一人分ずつ量ります。



大きな竹の皮で包みます。



天板に並べ、オーブンで蒸します。



臭いが気になるという声も聞こえましたが、よく食べていました。二年生からは「これ一番好き」という嬉しい声もありました。



〈 運動会前日献立 〉

- ぶた肉丼
- 野菜の塩もみ風
- にらたま汁
- 牛乳

集中力を高める働きや、疲労回復効果があるといわれている食材を使い、給食を作りました。



給食室から

〈旬の食材〉

5月6日

- ・ごはん
- ・のりの佃煮
- ・小あじの南蛮漬け
- ・野菜と卵のあえもの
- ・みそ汁
- ・牛乳



ほどよい塩分で、
おいしい「のりの佃煮」
ができました。

骨まで食べられるように
揚げました。



5月10日

- ・ふきとわかめのごはん
- ・いかのねぎ塩焼き
- ・ごまあえ
- ・すまし汁
- ・牛乳



ふきは、独特なほろ苦い味と
香りが特徴です。旬の食材・味
を感じてほしいという思いか
ら、四吾小では一年に一度給食
にお出ししています。



5月18日

- ・冷やしきつねうどん
- ・新じゃがいものケチャップあえ
- ・河内晩柑
- ・牛乳



揚げた新じゃがいも
に、隠し味で、みそと
バターを使ったソース
をからめました。



5月26日

- ・ピースごはん
- ・肉じゃが
- ・油あげ入りごま酢あえ
- ・牛乳



たんぼぼ学級1組の
皆さんにグリーンピース
の豆出しのお手伝いを
してもらいました。

