

給食だより

2017
1月

三島市立沢地小学校

家の人と読んでください

1月の栄養目標 感謝して食べよう

学校給食ができるまで

給食がみなさんのもとに届くまでを見てみましょう



1 献立作成・発注

季節の食材や地場産物を活用した献立を作成します。



2 身支度・手洗い

清潔な身支度と、念入りの手洗いをします。



3 食材のチェック

納品量、品質、賞味期限などを確認します。



4 下処理・洗浄・切る

野菜を洗ったり皮をむいたり、切ったりします。



5 調理

きちんと温度管理をして調理をします。



6 配缶

クラスごとの食缶に適量を量って入れます。



7 検食

校長先生などの責任者が安全性や味を確認します。



8 配ぜん

給食当番が盛りつけをし配ります。

いただきます



★1月24日は「給食記念日」です★

学校給食は、明治22年に山形県鶴岡市の私立忠愛小学校で貧困児童を対象に行われたのがはじまりです。いつも何気なく食べている給食ですが、みなさんの口に入るまでには、たくさんの人たちの協力を経て作られています。給食にたずさわる人たちに感謝の気持ちをもって食べましょう。



いただきます

感謝の気持ちを
わすれずに



..... 献立紹介 大根ポトフ

〈材料 4人分〉

- 大根 200g
- 人参 40g
- 玉ねぎ 100g
- キャベツ 120g
- じゃがいも 100g
- ウィンナー 4本
- 水 3カップ
- コンソメ 一個
- 塩 小さじ1/4
- こしょう 少々
- しょうゆ 小さじ2
- ロリエ お好みで

〈作り方〉

- ① 野菜は食べやすい大きさに切る。
ウィンナーは斜めに切る。
- ① なべに水、大根、人参、玉ねぎ、コンソメ、ロリエを入れて煮る。
- ② ①の野菜が煮えたら、ロリエを取り出し、キャベツ、じゃがいも、ウィンナーを入れて煮る。
- ③ 調味料で味を調える。

