

こんねんど
今年度も！

湧別町産のほたてを寄贈していただきました

町内の寺本商店様より、たくさんのほたて（冷凍貝柱）を寄贈していただきました。

湧別町の子どもたちに、地元でとれたほたてを食べてもらいたいとの思いで、毎年寄贈して下さっています。地元の産物を知り、自然の恵みの大切さを感じ、湧別町の学校給食が地域の方々に支えられていることを忘れずに、感謝していただきましょう。

寄贈していただいた350kgのほたては、3月までの1年間、給食のメニューとして登場します。



食品には、それぞれ色々な栄養素が含まれています。好き嫌いはなるべくしないで、色々なものを食べてほしいと思います。すぐに好きになれなくても、まずは一口食べてみましょう。

一口だけでも食べてみよう！

人は初めて食べるものを避けることがあります。これを「新奇性恐怖」といいます。しかし食後に体調不良にならないければ、それ以降は安全だとわかり、食べられるようになることもあります。苦手なものもくりかえし食べると、将来食べられるようになるかもしれません。

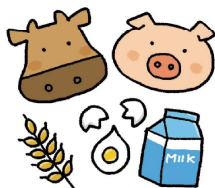


いまが旬！

「食べられない」 こともある



好ききらいで「食べない」のではなく、人によっては「食べられない」「食べてはいけない」ものがあります。それは食物アレルギーや信仰している宗教上の理由などにより、これらは好ききらいとは違うので、覚えておいてください。



作ってみませんか？

材料4人分

- ・ふき水煮150g
- ・人参25g
- ・鶏むね肉50g
- ・さつまあげ15g
- ・つきこんにやく40g
- ・砂糖8g
- ・醤油12g
- ・みりん2g
- ・だし汁少量

給食のふきの炒め煮

作り方

1. ふきは3cm長さにカット、人参はいちょう切り、さつまあげは1cm幅の短冊切り。
2. 分量外の油で、鶏肉、人参、ふき、さつまあげ、つきこんにやくを炒める。
3. だし汁を少量入れて、砂糖、醤油、みりんを味付けし、汁が少なくなるまで煮ます。

5月のメニューのご紹介

◇8日(木)22日(木)キャラメル揚げパン

給食センターで揚げて味付けしています。子どもたちに人気の揚げパンです。8日は上湧別方面、22日(木)は湧別方面が揚げパンです。お楽しみに♪

◇13日(火)関西風うどん

鶏肉、玉ねぎ、わかめ、油揚げ、人参、長ねぎが入っています。いつもと違う味付けをお楽しみにしてください。

