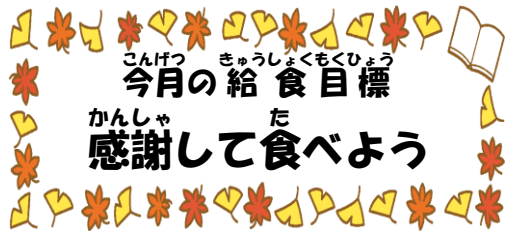


給食だより

毎月19日は いただきますの日



平成29年11月号
千代田町立学校給食センター
おうちのひととよんでね



今月の給食目標

感謝して食べよう

今年は例年よりも気温が低い日が多く、早くも冬の訪れを感じられるようになりました。今月の23日は勤労感謝の日です。農業、漁業、畜産業などにかかわっている人や配送をしたり食事をつくったりする人々など、いろいろな人々のおかげで毎日食事をすることができます。こうした方々への感謝の気持ちを忘れないようにしましょう。



「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつを元気にしよう
食事のあいさつには、動植物の命をいただくことへの感謝や食事ができるまでにかかわってくださったすべての人々へのねぎらいの気持ちがこめられています。



よく味わって食べよう

苦手なものでも一口はチャレンジし、残さずに食べようとする事は、食べものを大切にすることにつながります。



あとかたづけをていねいにしよう

食器などを大切に扱い、きちんと片づけられていると、作ってくれた人はとても気持ちがいいものです。



11月29日は すきやきの日給食

群馬県にはおいしい農産物がたくさんあります。お肉・こんにゃく・ねぎ・しいたけ・はくさい…すきやきを作るのに必要な材料が全部群馬県でとれたものでそろっちゃう！
11月も豚肉やこんにゃくをはじめ、群馬県でとれた農産物や千代田町でとれた農産物を取りいれています。自然豊かな群馬県の良さをたくさん知ってほしいと思います。



里芋のそぼろ煮

材料 (4人分)

- 鶏ひき肉 80g
- おろししょうが 小さじ1
- さといも 200g
- たまねぎ 1/2個
- にんじん 1/2本
- むき枝豆 40g

- 砂糖 大さじ1
- しょうゆ 大さじ3
- 酒 小さじ1
- だしの素 少々
- でん粉 小さじ1/2

作り方

- ①里芋は皮をむいて一口大、たまねぎはくし形切り、にんじんはちよう切りにし、冷凍の枝豆はゆでて中身を出しておく。
- ②鍋に鶏ひき肉としょうが、少量の水を入れ、ほぐしながら煮る。
- ③たまねぎ、にんじん、さといもを加え、ひたひたになるくらい水を加え、やわらかくなるまで煮る。
- ④調味料を加え、煮込む。
- ⑤枝豆を加え、水溶きでん粉でとろみをつけてできあがり。



旬の里芋をご飯に合うおかずにしました。

★組み合わせ例：ご飯、厚焼きたまご、わかめときゅうりの酢の物、里芋のそぼろ煮