



4月給食だより



令和8年度 山田学校給食センター

ご入学・ご進級おめでとうございます

春のやわらかな日差しが心地よい季節となりました。今年度も、毎日の給食時間が心待ちになるような、おいしく魅力ある給食作りに努めていきたいと思っております。学校給食へのご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

給食当番の決まりを守ろう



みんなが給食を安心して食べられるよう、給食当番は決まりを守って、協力して準備や後片付けをしましょう。



はる あじ
春の味



給食にはこれから季節ごとの旬の味がたくさん登場します。

<p>トイレは身じたくを 整える前に済ませる。</p>	<p>爪は短く切っておく。</p>	<p>手はせっけんで きれいに洗い、 清潔なハンカチや タオルでふく。</p>	<p>体調が悪い人、 手や指にけがをして いる人は、先生に 相談する。</p>
<p>清潔な給食着を 身につける。</p> <p>★給食着を床に置いて着替 えたり畳んだりしない。</p>	<p>髪の毛は帽子や三角巾に しっかりしまおう。</p> <p>★髪が長い人は結んでおく。</p>	<p>マスクで鼻と口を おおう。</p>	
<p>重いもの、熱いものは 協力して運ぶ。</p>	<p>食缶や食器かごなど を床に置かない。</p>	<p>一人分の量を考えて 丁寧に盛り付ける。</p> <p>30人分なら... 10人分</p>	<p>汁物は底から混ぜて 具を均等に 盛り付ける。</p>

給食レシピ紹介♪肉そぼろ♪

材料4人分

- ひき肉 250g (牛、豚、鶏お好みで)
- 卵 2個
- 青豆 40g
- おろししょうが 4g
- 三温糖 10g
- 濃口しょうゆ 10g
- 淡口しょうゆ 10g
- みりん 6g

作り方

- ①卵を割りほぐし、フライパンで卵そぼろを作り取り出す。
- ②ひき肉とおろししょうがを炒める。
- ③調味料、卵そぼろ、青豆を加えて味を整える。
- ④ごはんにかけてたり、混ぜ込んだりして食べる。

作り置きしておき、朝ごはんのおかずにするのもおすすめです。