

# 給食まんてん便り



19日は「食育の日」

令和4年4月

掛川市立〇〇学校給食センター

## 給食が始まります！

御入学、御進級おめでとうございます。給食の準備をする際、手洗いはとても大切です。食べる前に、石けんを使って丁寧に手洗いをしていますか？コロナで手洗いやアルコール消毒の回数も多いと思いますが、手洗いについて見直しましょう。

### 石けんを使った手洗い

①水でぬらす	②泡立てる	③手のひら よくこすり合わせよう	④手の甲 もう一方の手の平でこすって	⑤指と指の間 指を交差させながら
⑥親指 親指の付け根まで洗おう	⑦指先 爪の汚れも落とそう	⑧手首 ぐるぐるきれいに洗って	⑨よく水で流す	⑩ハンカチでふく

ココをチェック！  
洗い残しが多いところ

指先・つめ  
指の間  
手首

### 手が菌の運び屋に!?

手はいろいろなものを触るので、手を介して食べ物や他の人に汚れや細菌、ウイルスなどが移動する危険があります。つまり、手が菌の運び屋になってしまうのです。風邪や食中毒予防のために石けんを使ってしっかり手を洗うことが大切です。



### ☆たけのことあらめの煮物☆

#### <材料 4人分>

- ・あらめ(乾) 10g
- ・鶏肉 40g
- ・たけのこ(ゆで) 80g
- ・にんじん 30g
- ・さやえんどう 20g
- ・こんにゃく 30g
- ・しょうゆ 大さじ1
- ・砂糖 大さじ1
- ・酒 大さじ1
- ・だし汁 150cc

給食の献立にも登場するよ!



#### <作り方>

- ①あらめは水で戻す。さやえんどうはスジをとり、さっと茹でておく。
- ②材料は全て一口大に切る。こんにゃくは茹でておく。
- ③鍋にだし汁を入れ、材料を煮る。煮たってきたら、砂糖、醤油、酒、あらめを入れ、味がしみるまで煮る。
- ④最後にさやえんどうを加える。

### ☆郷土料理 これどこだ? ☆

鹿や大仏が有名な県です。郷土料理の「権座」は、大和言葉で「ごった煮」と呼ばれ、農家の初冬の収穫物を醤油炊きし、振る舞われた料理です。〇〇センターでは〇日に登場します。

答えは献立表で!



掛川市教育委員会 子ども給食課から

おしらせ

令和4年2月14日～令和4年3月17日の学校給食等放射能濃度測定結果は、『検出せず』・・・放射性物質が存在しない、又は測定器の検出限界値未満でした。不明な点等は、こども給食係 (Tel25-6777) にお問い合わせください。まんてんだより、給食献立は掛川市ホームページでも確認することができます。