

1年間を振り返ろう！

今年度も残りわずかとなりました。この一年の給食の取り組みを振り返ると・・・

- ・ 毎月19日の食育の日には、よく噛んで食べる献立にしました。
- ・ 「リクエスト料理」「リピート希望料理」の募集を行い、たくさんの方が応募してくれました！
- ・ 摂津市全体の取り組みとして、11月19日には「かみなり揚げ」を、2月19日には「かぶを丸ごと味わう献立」を提供しました。

あなたの食育達成度チェック！



チェック1

朝ごはんを毎日しっかり食べられた。
(○ △ ×)



チェック2

好き嫌いなく食べられた。
(○ △ ×)



チェック3

食べ物の栄養と働きについて、考えながら食べられた。(○ △ ×)



チェック4

食べ物を大事にし感謝して食べられた。
(○ △ ×)



チェック5

食事のマナーに気をつけて食べることができた。
(○ △ ×)



チェック6

地域に伝わる郷土料理、季節ごとの行事食を知り、味わって食べた。(○ △ ×)



4月のおすすめ！献立紹介

4月12日(金) 筍ごはん 鶏肉のから揚げ お花見団子 花ふぶき汁 ジョア

入学・進級のお祝い献立です。牛乳の代わりにジョアがついています。

旬の

おすすめレシピ♪

「じゃがいもとえびのチリソース」 ～3月4日の給食より～

【材料 4人分】

えびのフリッター 120g	砂糖	小さじ1
(むきえび でも良い)	酒	小さじ1/2
じゃがいも 200g(2個)	塩	少々
片栗粉	こしょう	少々
揚げ油	醤油	小さじ1/3
玉葱 80g(1/2個)	油	小さじ1/2
ケチャップ		大さじ2
チリソース		大さじ1

【作りかた】

- ① えびのフリッターを揚げる。じゃがいもは厚めのいちょうぎりにし、片栗粉をまぶして揚げる。
- ② 玉葱はスライスする。油で玉葱を炒め、調味する。
- ③ ①を加え、混ぜ合わせる。