

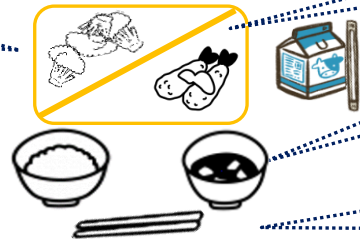
4月給食ひとくちメモ(小)

月 7	火 8	水 9	木 10	金 11
	新学期最初の給食は、人気メニューの鶏肉のマリネとフロックリーおかかマヨ風味和えですよ♪	トックは、もちに近いです。もちよりも歯切れがよく、加熱しても溶けにくいのが特徴です。	じゃが芋のカレー煮は、カレー粉の風味が食欲をそそる副菜です。ご飯との相性もバツグンですよ。	ABCスープは、アルファベットの形をしたマカロニが沢山入ったスープです。自分の汁わんには、どんなアルファベットが入っているか見てみましょう。
14	15	16	17	18
給食のカレーは、大釜で大量につく作るので、家庭では出せない味わいになります。	さばのみそ煮は、甘めの味付けでご飯ともよく合います。加圧処理しているので、骨ごと食べられるのでカルシウムも摂取できます。	白いんげん豆入りポテトサラダは、白いんげん豆のペーストが入っています。くせもなく、なめらかな食感で、食べやすいサラダです。	春キャベツは、甘味があり、みずみずしく、やわらかいのが特徴です。みそ汁の甘さは、キャベツによる甘味です。	食パンはコーンポタージュにつけても、コロッケと一緒に食べても美味しいですよ。パンは、自分で色々な食べ方を考えて工夫して食べましょう。
21	22	23	24	25
マーボー豆腐は、野菜をみじん切りにしているので、野菜が苦手な人でも食べやすいおかずです。	いわしカリカリフライは、小さいいわしを使用しているので、骨もあまり気にならずに食べられます。	いももちは、加熱したじゃが芋に小麦粉や澱粉を加えてよく練ったもので、もちもちとした食感が楽しめます。良く噛んで食べましょう。	豚汁は、具沢山にすることで汁とみその量を減らすことが出来るので、減塩にもつながります。	米粉は、その名前の通り、お米を粉にしたもので、料理だけではなく、パンやお菓子などにも使用されています。
28	29	30	きゅうしょくの、はいぜんいちをおぼえよう！！	
今日のブロッコリーサラダのは、フリーズドライ醤油に、フライドガーリック、ごま、ローストオニオンなどで作られた調味料で味つけしています。	昭和の日	コーンかき玉スープは、中華料理のユイミータンというスープを給食用にアレンジしたものです。		



ふくさいは、しきりざらの「ひだりがわ」によそう。

しゅしょく(ごはん、パン)は、トレーの「ひだりがわ」におく。



しゅさい(おかず)は、しきりざらの「みぎがわ」によそう。

しるものは、トレーの「みぎがわ」におく。

はしは、もつほうを「みぎがわ」にして、トレーのしたがわ(じぶんのちかく)におく。