

2月給食だより

2月のめあては

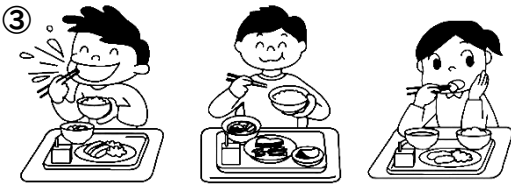
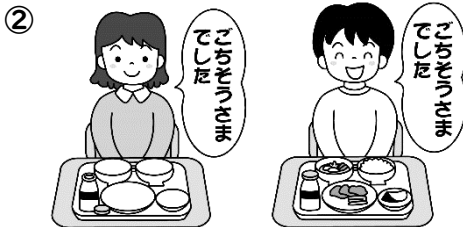
「食事のマナーを守ろう」です。



食事のマナーを守れていますか？

2月3日は「立春」、春の足音が間近に迫ってきています。今のクラスで給食を食べるのもあとわずかですね。そこで、クラス全員が気持ちよく過ごせるよう、食事のマナーを復習しましょう。

次の①～③の絵のうち、正しいと思うものに○をつけましょう。答えは右の説明の中にありますよ。



① 食器の並べ方

左にご飯やパン、右に汁物を置きます。



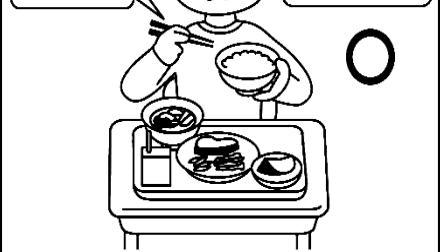
② 食事のときの挨拶

いただく命や作ってくれた人への感謝を込めて「いただきます」「ごちそうさま」の挨拶をしましょう。



③ 食べるときの姿勢

食べるときは口を閉じ、よく噛んで食べよう



<銅賞(給食賞):カオマンガイプレート>

あさひがおかちゅうがっこう
旭丘中学校
8-2 萩原 万瑛さん

タイ料理の
定番メニュー♪



テーマ
「お米を使ったワンプレート朝食レシピ」

【萩原さんより一言】

簡単に朝から作りやすい

材料(4人分)

こめ	2合
長ねぎの青い部分	1本分
鶏もも肉	350g
鶏がらスープの素	小さじ1
にんにく(チューブ)	小さじ1/2
生姜(チューブ)	小さじ1
塩こしょう	少々
長ねぎ(みじん切り)	10cm
生姜(チューブ)	小さじ1/2
醤油	小さじ2
オイスターソース	小さじ2
砂糖	小さじ1
レモン汁	小さじ1
水	大さじ1
ごま油	小さじ1/2

作り方

- ①といたお米とAの調味料を入れて、2合の線よりやや少なめの水を入れ、よく混ぜる。
 - ②その上に鶏肉(皮を下に)と、長ねぎの青い部分を入れて、炊飯器のスイッチを入れる。
 - ③タレの材料をよく混ぜ、ラップをして電子レンジ(600W)で1分加熱する。
 - ④ご飯が炊けたら鶏肉を食べやすい大きさに切り、盛り付ける。その上からタレをかけて出来上がり！
- *お好みでトッピングする

※給食では給食用にアレンジしています。

*トッピング 好みの野菜、ゆで卵など