

5月給食だより

5月のめあては
「清潔にしよう」です。

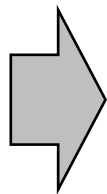


ちょうりいん 調理員さんの仕事をしてみよう



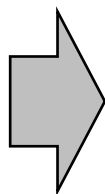
①食材の荷受け

業者さんや地元の農家さん
から届いた食材の品質や
量を確認します。



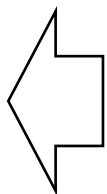
②皮むき・洗う

野菜の皮をピーラーという
機械でむき、汚れをきれいに
洗い落とします。



③切る

スライサーという機械で食
材を切ります。厚さや切り方
を自由に変えられますよ。



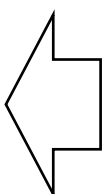
⑥配達する

3台のトラックで食缶や
食器を入れたコンテナを皆
さんのところへ運びます。



⑤配缶する

全体の出来上がり量からク
ラスごとの量を決め、食缶
をはかりに載せ配缶します。



④調理する

一度に800人以上を
調理できる大きな釜を使っ
て給食を作ります。

クイズ☆その手きれい？

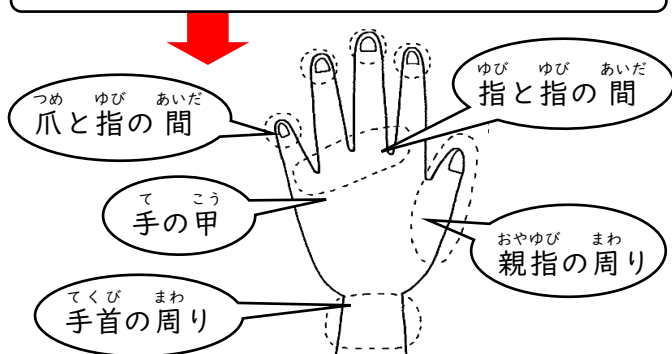
手を洗うのはいつ？

() の中を埋めてみよう！

- ① () から帰ったとき
- ② ご飯を () 前
- ③ () をした後
- ④ () に行った後



きれいに見えても汚れが残りやすいのは？



【 こたえ ①外 ②食べる ③掃除 ④トイレ 】

うちde給食！作ってみよう

<マーボー豆腐>



材料 (4人分)

木綿豆腐	2丁	豚ひき肉	200g
おろし生姜	適量	玉ねぎ	中1個
人参	中1本	青ねぎ	30g
味噌	大さじ2	砂糖	小さじ2
しょうゆ	大さじ1・1/2		
料理酒	大さじ2/3		

作り方

- ① 豆腐は水を切ってさいの目切り、玉ねぎは半分に切って薄切り、人参はみじん切り、青ねぎは小口切りにする。
- ② フライパンにサラダ油 (分量外) を熱し、おろし生姜を入れて香りが出たら豚ひき肉を炒める。色が変わったら人参、玉ねぎを加え、しんなりしたら水を加えてアクを取りながら煮込む。
- ③ 豆腐とA、青ねぎを加え、全体が煮立ってきたら水溶き片栗粉 (分量外) を入れ、全体にとろみがつけば完成。