きゅうしょくだより　4月

名古屋市立本郷小学校

ご入学、ご進級おめでとうございます。この春は、心身ともに健やかに過ごしましょう。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊4月の学校給食こんだてから＊＊＊＊＊＊＊＊＊

☆ 【特別こんだて】　姉妹友好都市の日（ロサンゼルス市）・・・25日（金）

サンドイッチロールパン・マーマレード・牛乳・フライドチキン・とうもろこしのソテー・オニオンスープ

名古屋市とロサンゼルス市は、１９５９年４月１日に姉妹都市になりました。

☆ 【新献立】　豆乳みそスープ・・・ 30日（水）

肉と野菜のうま味に豆乳を加え、まろやかな味に仕上げました。

☆ 【ふるさと献立】　～ふるさと名古屋（愛知）の食べ物を知ろう～

17日（木）　とりめし・・・愛知県の郷土料理です。とりめしの具をごはんにのせ、自分で混ぜて食べる献立です。

30日（水）　梅じそささみフライ・・・愛知県の特産物の青じそを使っています。

＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊＊

4月の給食のめあて「いろいろな食品を知ろう」

給食には、毎日たくさんの食品が使われていますが、調味料もいろいろな種類が使われています。和食の味付けの基本となる調味料として、「砂糖・塩・酢・しょうゆ・みそ」があり、調味料の一文字をとって「さ・し・す・せ・そ（しょうゆは旧仮名づかいでせうゆ）」と表します。この順に味付けすると、食材に味を染み込ませることができ、おいしく仕上がります。

こんだてから まなぼう！　作ってみましょう！給食献立

豆乳みそスープ　30日（水）実施

おうちの方といっしょに読みましょう。

材料〔中学年児童４人分〕		作り方
鶏肉（ミンチ）	80ｇ	① にんじん・たまねぎは細切り、ねぎは小口切りまたは斜め切りにする。 ② にんにくはみじん切りにする。 ③ みそはぬるま湯で溶く。 ④ 油を熱し、にんにくを炒め、鶏肉・にんじん・たまねぎの順にこしょうをしながら炒め、水を加え煮る。 ⑤ 沸騰したらあくを取り、コンソメスープの素・③・トウバンジャン・ねぎを入れ煮る。 ⑥ 最後に水溶きした片栗粉・豆乳を加え火を止める。
豆乳	20ｇ	
にんじん	1/8本	
たまねぎ	1/5個	
ねぎ	1/2本	
にんにく	少々	
サラダ油	少々	
こしょう	少々	
コンソメスープの素	小さじ1/4	
信州みそ	大さじ1強	
トウバンジャン	小さじ1/6	
片栗粉	小さじ2/3	
水	360～400mL	