

きゅうしょくだよい

6月

名古屋市立上社小学校

6月は気温や湿度が高く、食中毒が起こりやすい季節です。食中毒予防の基本は手洗いです。食事の前には石けんを使ってしっかり手を洗いましょう。



***** 6月のこんだてから *****

☆ 上社小特別こんだて ごはん・あなごどん

きゅうりの土佐あて・いろどりすまし汁・・・20日(木)

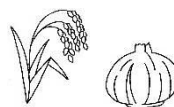
☆ 「みんなで食べる! なごや産」の日

食育月間 6月の食育月間に合わせ、10日(月)～14日(金)のごはんは、港区と中川区でとれた米を使います。



7日(金) 米粉パンは、港区と中川区でとれた米を使います。

トマトシチューは、緑区やその周辺でとれた「おかえり野菜」のたまねぎを使います。



14日(金) ごはんは、港区と中川区でとれた米を使います。まぜまぜチャーハンは、緑区やその周辺でとれた「おかえり野菜」のたまねぎを使います。



☆ ふるさと献立～ふるさと名古屋(愛知)の食べ物を知ろう～

6日(木) どてどんぶり・・・名古屋の郷土料理であるどて煮をごはんにかけて食べます。

19日(水) カレーうどん・・・名古屋で親しまれている食べ物です。

20日(木) 魚フライ(にぎす)・・・三河湾で水揚げされた「にぎす」です。

24日(月) 梅じそささみフライ・・・愛知県の特産物の青じそを使います。

6月の給食のめあて「地産地消について知ろう」

地産地消とは、地域で生産された農産物や水産物を地域で消費することです。

名古屋市の給食では、名古屋産の米や野菜を使った「みんなで食べる! なごや産」の日、名古屋市や愛知県の特産物を使用したり、郷土料理を取り上げたりした「ふるさと献立」を実施して、地産地消を進めています。



作ってみましょう! きゅうしょくこんだて
どてどんぶり 6日(木)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
豚肉・・・・・・・・・・120g	① こんにゃくはひと口大に切り、ゆでる。
棒はんぺい・・・・・・・・60g	② にんじんはいちょう切り、ねぎは小口切りまたは斜め切りにする。
こんにゃく・・・・・・・・120g	③ えのきたけは石づきを取り、3cmくらいに切る。
にんじん・・・・・・・・・・40g	④ はんぺいは小口切りにしゆで油ぬきする。
ねぎ・・・・・・・・・・40g	⑤ みそはぬるま湯で溶く。
えのきたけ・・・・・・・・40g	⑥ だし汁の中に、にんじん・豚肉・こんにゃくの順に入れて、煮る。
砂糖・・・・・・・・・・大さじ2と1/3	⑦ やわらかくなりはじめたら、砂糖・⑤・はんぺい・えのきたけ・
豆みそ・・・・・・・・・・大さじ2と1/2	ねぎを入れて、煮込む。
だし汁・・・・・・・・120～160ml	⑧ ごはんに⑦をかける。