

# きゅうしょくだより

# 6月

名古屋市立小幡小学校

6月は梅雨の時期です。気温と湿度が高くなり、細菌が増えやすくなります。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 \*\*\*\*\*

## ☆「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、6月12日(月)～6月16日(金)のごはんや米粉パンには、港区と中川区でとれた米を使います。

**7日(水)** ごはんには、港区と中川区でとれた米を使います。

ピリ辛はるさめスープには、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。

**13日(火)** まぜまぜチャーハン・白いんげん豆のクリームスープには、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～

**12日(月)** 魚フライ 愛知県の三河湾でとれた「にぎす」を使っています。

**15日(木)** えびフライ 名古屋で親しまれている食べ物です。

**19日(月)** どてどんぶり 名古屋の郷土料理「どて煮」をごはんにかけて食べます。

**29日(木)** カレーうどん 名古屋で親しまれている食べ物です。

## ☆学校特別献立のお知らせ～小幡小学校特別献立～

**26日(月)** あなごどん きゅうりの土佐あえ いろどりすまし汁

\*\*\*\*\*

## 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。6月は「食育月間」で名古屋産の米や野菜を他の月よりもたくさん取り入れ、地産地消を進めています。

こんだてから 思い出そう!



つくってみましよう! きゅうしょくだより こんだて  
ピリ辛はるさめスープ 7日(水) 実施

おうちの方と  
いっしょに読み  
ましよう。

材 料〔中学年児童 4 人分〕	作 り 方
豚肉(こま切れ)・・・80g	① にんじん、たまねぎは細切り、チンゲン菜は2cmくらい、ねぎは小口切りまたは斜め切りにする。
とうふ・・・80g	② にんにくはみじん切りにする。
はるさめ・・・20g	③ たけのこは細切りにする。
にんじん・・・1/10本	④ とうふはさいの目切りにする。
たまねぎ・・・1/4個	⑤ サラダ油を熱し、にんにくをいため、豚肉・にんじん・たまねぎ・たけのこの順に塩・こしょうしながらいため、水を加え煮る。
チンゲン菜・・・1/3株	⑥ 沸騰したらあくをとり、中華スープの素・しょうゆ・酢・トウバンジャン・とうふ・ねぎ・チンゲン菜・はるさめを入れ煮る。
ねぎ・・・1/2本	
たけのこ水煮・・・20g	
にんにく・・・1g	
サラダ油・・・適量	
塩・こしょう・・・少々	
中華スープの素・・・小さじ1	
しょうゆ・・・小さじ2	
酢・・・小さじ1/2ト	
ウバンジャン・・・2g	
水・・・360～440ml	