



QRコードを読み込むと給食だよりのカラー版を、美唄市ホームページでご覧いただけます。



今年度の給食も残りわずかです。

今年度の給食も残すところ、およそ1か月となりました。

この一年間、学校給食を通じて、子どもたちの健康と成長を支えることができたことに大変嬉しく思います。

給食時間において、子どもたちが五感を働かせながら、様々な食材に触れ、健やかに成長できるよう、給食センターが一丸となり、毎日の給食づくりに愛情を込め、安全安心な美味しい給食づくりに努めてまいりました。

これもひとえに、保護者の皆様、地域の皆様のご支援とご協力のおかげです。

この場をお借りして御礼申し上げます。本当にありがとうございました。

今後も引き続き、安全安心な美味しい給食を提供してまいりますので、変わらぬご支援とご協力の程、どうぞよろしくお願い申し上げます。



東小5年生が育てたお米を 桜井市長が堪能！！

東小5年生が農業科の学習で稲作体験をし、丹精込めて育て、収穫したお米を給食センターへ提供していただきました。ありがとうございます！

そのお米を、2月25日(火)に給食提供(※東小・東中のみ)し、さらに桜井市長を始め、石塚教育長、圃場主の齋藤さんと東小5年生の給食試食会が行われました。

桜井市長は、「ご飯がモチモチしていて、美味しい！」と喜んでいただきました。



やさい 野菜たっぷりほくほく豚汁



☆東中3年生考案の給食メニュー第2弾！

じゃがいも&さつまいも、2種類のいもを使用した、“ほくほく”感たっぷりの豚汁です。

おいも好きの方は、ぜひ一度ご賞味ください！



【材料】4人分(丼1碗など)

- 豚こま肉 120g (1cm幅)
- さつまいも 120g (乱切り)
- じゃがいも 中1個 (乱切り)
- たまねぎ 中1/2個 (スライス)
- にんじん 太め5cm (いちよう切り)
- しょうが 1-7タイプ 1cm程度
- ごま油 30g (大さじ2)
- 料理酒 10g (小さじ2)
- みそ 30g (大さじ2)
- 和風顆粒だし 5g (小さじ1)
- 水 600ml

【作り方】

- 鍋にごま油(1/2量)を入れ、中火で温める。
- ①に、にんじん、たまねぎ、豚肉を入れて、肉の色が変わるまで炒める。
- ②を弱火にして、水を加える。
- 水を加えたら、じゃがいも、さつまいもを入れ、中火にして具材を煮る。(※灰汁をとる)
- じゃがいもに火が通ったら、一旦弱火にして、顆粒だし、料理酒、みそを溶き入れ調味する。
- 仕上げにしょうがとごま油を入れる。

☆このレシピは手軽に時短調理が出来るように、調理方法などを工夫して掲載しています。今回は和風顆粒だしを使用していますが、給食ではかつお節と昆布で出汁取りをしています。☆食材から出る水分等により味が変わりますので、調味料はお好みで適宜調整してください。

☆3月平均栄養価 (平均値/目標値)

- 【小学生】*脂質21.4g/21.7g *食塩2.69g/2.0g未満
- 【中学生】*脂質24.8g/27.7g *食塩3.53g/2.5g未満

☆牛乳は毎日つきます。

☆スプーンが付く日にはスプーンマークが付いています。

☆給食の持ち帰りは食中毒防止の観点から禁止しています。



飾っているひな人形
給食センターで