

12月 給食だより

愛川町立
半原小学校
令和2年12月3日

今年も残り1ヶ月をきりました。寒さも一段と増すころですね。年の暮れを迎え、あたたかい毎日ですが、規則正しい生活を心がけ、元気に過ごしましょう。

今月は、神奈川県産食材・愛川町産食材を使う取り組みをしています。

愛川町産（長ねぎ・白菜・里芋・大根・愛ちゃん米・卵・豚肉・お米のムース）

神奈川県産（米・みかん・小松菜）



「地産・地消」とは、わたしたちの身近なところで生産されたもの（地産）を食べること（地消）をいいます。

- ★ 近くでとれるので、新鮮でおいしくいただけます。
- ★ 生産者がわかるので、安心です。

<半原でとれた野菜です。>



冬の野菜を食べよう!

- しゅんぎく●**
「きくな」ともいうよ。お肉といっしょに食べるとおいしいよ。
- はくさい●**
100まいもの葉がぎっしり。おなべにつけものに、しんはいためものにも使えるよ。
- ごぼう●**
もくもく…、よくかんで食べよう。肉や魚のくさをけし、おなかもちつきりするよ。
- ねぎ●**
強においがもりもりパワーを生むよ。体もほかほかするよ。
- こまつな●**
ビタミンだけでなくカルシウムもいっぱいふくまれているよ。
- だいこん●**
根から葉まで丸ごと食べられ、茎に火がつやく。かぜにまけないようにしてくれるよ。

「我が家の自慢料理」に応募いただいた方が県の表彰をうけましたので紹介します。

土用の豚のひつまぶし 豚肉・卵・しいたけは愛川町産です。 <作り方>

<材料> 4人分 **作ってみてください。**

ごはん	3合	きゅうり	1本
豚挽肉	300g	小ねぎ	10g
しいたけ	40g	みょうが	2個
長ねぎ	A 40g	大葉	5枚
しょうが	5g	のり	適量
蒲焼きのたれ	大さじ4	わさび	適量
卵	2個	レタス	70g
さとう	B 小さじ1	油	大さじ1
		出汁	適量

- ①椎茸・長ねぎは、みじん切り。小ねぎは小口切り。みょうが・大葉・きゅうり・レタスは千切りにする。
 - ②卵はいり卵にする。
 - ③フライパンで、Aを炒めて火が通ったら蒲焼きのたれを入れる。
- ごはんの上に、そぼろたまごをのせてできあがり。

- <食べ方>
- 1杯目・・・そぼろ卵で。2杯目・・・レタスや薬味で。
 - 3杯目・・・出汁でお茶漬けに。他にも好きな野菜で。

お知らせ

2学期の給食最終日は12月21日です。
3学期の給食開始は、1月13日です。



給食費引き落としについて
12月7日(月)
引き落としができるようご協力をお願いします。