

きゅうしよくだより

※お家の人といっしょに
読みましょう。

令和2年5月22日
仙台市立六郷小学校

6月3日の給食再開にむけ、準備をお願いいたします。

先日、仙台市教育委員会から通知があり、6月3日から段階的に給食が再開する見込みとなりましたのでご連絡いたします。期間と内容は下記の通りです。それに伴いご家庭に準備をお願いするものがありますのでご確認ください。

1 期間と内容について

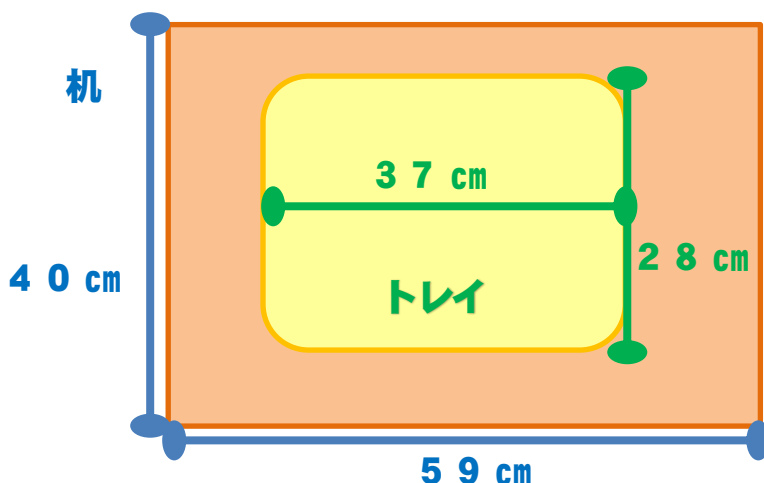
期 間	内 容	目 的
6月1日 (月) 2日 (火)	給食なし	児童が感染予防対策を踏まえた学校生活に慣れる期間とするため。 ※午前授業
6月3日 (水) 4日 (木) 5日 (金)	簡易給食 (パン+牛乳)	感染予防対策を踏まえた給食当番活動、トレイ等を使用して配膳・後片付け・喫食の仕方を確認する期間とするため。 ※午前授業
6月8日 (月)～	完全給食 (主食+牛乳+副食)	パン・牛乳以外の配食の仕方を確認する期間とするため。

※給食再開にむけ、全市一斉に上記スケジュールで行われます。

※6月1日～5日の期間、児童館へ行く児童はお弁当または補食となるものを持たせてください。

2 ご家庭へのお願い

これまでは、机にトレイを直接置いておりましたが、今後は机にランチョンマット（大判のハンカチ）をしき、その上にトレイを置き給食を食べるようになりますので、ランチョンマットの準備をお願いいたします。（下記児童用机とトレイの大きさを目安にご準備ください。）



※毎日清潔な物を持たせてください。

※洗濯できるように布製のものをお願いいたします。

※大判のハンカチやバンダナでもかまいません。

給食の人気メニューを作ってみませんか？

リクエスト
レシピ

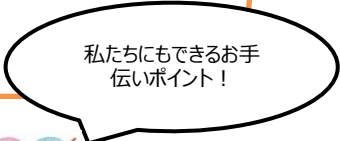
★とりにくとカシューナッツいため 【主菜】

◎材 料 (5人分)

とりもも肉	125g	…2×2×1cmの角切り	} (※1)
しょうゆ	小さじ1	(=7.5g)	
酒	小さじ1/2	(=2.5g)	
カシューナッツ	35g		
かたくり粉	適量		
揚げ油	適量		

にんじん	22g	…5mm幅のいちよう切り
たまねぎ	45g	…1.5cm角の角切り
ピーマン	20g	…1cm角の色紙切り
干しいたけ	3g	…水に浸してもどし, 1cmの色紙切り
おろししょうが	3cmくらい	(チューブ入りのもの)
おろしにんにく	3cmくらい	(チューブ入りのもの)
ごま油	小さじ1強	(=6g)

上白糖	大さじ1/2強	(=5g)	} (※2)
中華スープの素(粉末)	小さじ1/2弱	(=1.2g)	
穀物酢	小さじ1	(=5g)	
みりん	小さじ1	(=5g)	
しょうゆ	大さじ1/2強	(=11g)	
かたくり粉	4g		
水(干しいたけのもどし汁)	75g		



◎作り方

- ①とり肉と(※1)の材料をビニール袋に入れて軽くもみ、下味をつける。
- ②(※2)の調味料を合わせておく。
- ③10分位おいた①に片栗粉をつける。
- ④鶏肉に片栗粉をつけ油で揚げる。
- ⑤カシューナッツは、表面がきつね色になるまで素揚げにする。
- ⑥フライパンにごま油をしき、おろしにんにく、おろししょうがを炒める。香りがでてきたら、にんじん、たまねぎ、干しいたけの順に加え炒める。
- ⑦干しいたけの戻し汁を加え、にんじんと玉ねぎが煮えるまでフタをして煮る。
- ⑧(※2)の調味料とピーマンを入れ、煮立ったら片栗粉を水で溶きとろみをつける。
- ⑨④の鶏肉と⑤のカシューナッツを加えて混ぜ、できあがり！！

<野菜の切り方を覚えよう!>

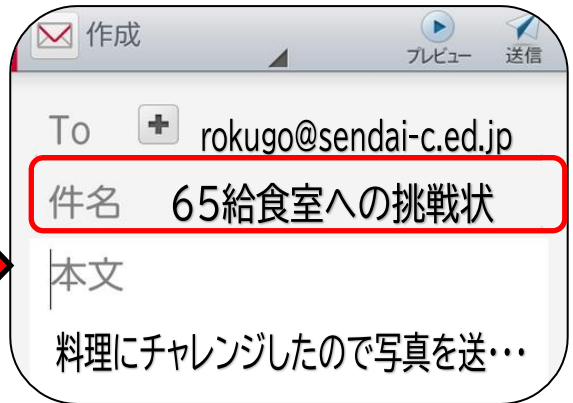
※色紙切りは色紙のように平らな四角に切る切り方です。



65 給食室への挑戦状（先生編）



ぜひみなさんも料理をした
様子をお知らせください。
給食だよりに載せてほしい
レシピがありましたら、お知ら
せください。
栄養教諭 今野



“鶏肉のさっぱり煮”と“ごぼうスパゲッティ”にチャレンジしたの
は、2年生の保科先生です。鶏肉のさっぱり煮は、盛り付けの彩り
もよく、とてもおいしそうです。



ごぼうスパゲッティもい
い感じだけど…。「しょうゆ
を目分量でやったらちよっ
としょっぱくなっちゃった
👉みなさんレシピって大事
です！」だそうです。



この“小松菜むしパン”は、理科の葵先
生のチャレンジです。

かわいいカップに入れると、給食の小
松菜むしパンがこんなにおしゃれに見え
るんですね！

葵先生は「すごく簡単に、おいしくでき
てうれしい！」って言ってました(^_^)



たんぽぽ学級 宮澤先生は、2度目の
チャレンジ！

今回は“豆乳のみそスープ”です。

豆乳のみそスープは、たくさんの方が
作ってくれています。“ザ.健康に良い味”
がするので、みなさんも作ってみてくだ
さいね。

