

大竹市学校給食だより

給食をふり返ろう！

今年度も残すところあとわずかになりました。

この1年間の給食の時間をふり返ってみて、できたところに色をぬってみましょう！

食事の前に
しっかり手を洗った。

静かに
準備ができた。

給食当番の
仕事をきちんとした。

感謝の気持ちを込めて
あいさつができた。

よく噛んで食べた。

食器の置き方や
はしの持ち方が
正しくできた。

好き嫌いせず
残さず食べた。

よい姿勢で食べた。

食器を
ていねいに扱った。

後片付けが
きちんとできた。

大竹市の食材や、
広島県の郷土料理が
分かった。

桜は満開になりましたか？できなかったところは、来年度がんばりましょう！

【チャレンジレシピ】 マーボー豆腐

(材 料) 4人分

豚ミンチ	80g	A	赤みそ	大さじ1
にんにく	1かけ		みそ	小さじ1
しょうが	1かけ		さとう	小さじ1
玉ねぎ	中1個		しょうゆ	大さじ1
ゆでたけのこ	20g		豆板醤	少々
干しいたけ	8g		片栗粉	大さじ1
しいたけの戻し汁	40g		ごま油	小さじ1
木綿豆腐	1丁			
ねぎ	8g			

給食では、かための豆腐を使っています！

《作り方》

- ① にんにく・しょうが・玉ねぎ・たけのこは、みじん切りにする。干しいたけは、水で戻してからみじん切りにする。
- ② ねぎは小口切り、木綿豆腐は1.5cmくらいのサイコロに切る。
- ③ ごま油を熱し、にんにく・しょうがを炒め、豚ミンチを炒める。
- ④ 玉ねぎ・しいたけ・たけのこを入れて炒め、しいたけの戻し汁とAで味をつける。
- ⑤ 木綿豆腐を入れて、ふたをして、水気がなくなる程度に煮る。
- ⑥ 片栗粉を2倍量の水で溶いておく。
- ⑦ 水溶き片栗粉でとろみをつけ、最後にねぎを加える。

