

11月給食だより

令和4年11月号
群馬県立館林特別支援学校

秋が深まり、日が暮れるのもずいぶん早くなりました。朝晩の冷え込みなど、これから1日の気温の変化が大きくなってきます。毎日のうがい・手洗い・部屋の換気などをまめに行い、病気にならないように気をつけましょう。

心を込めて「いただきます」「ごちそうさま」を



いただきますには、肉や魚、野菜や果物、米などの命をいただいていることへの感謝の意味があります。

また、ごちそうさまには、食事のために駆け回っていただいた人（食材を育てた人、食材を運んでくれた人、給食の献立を考えてくれた人、調理をしてくれた人など）への感謝の意味があります。

心を込めてあいさつをしましょう。

給食に感謝しよう

11月23日は勤労感謝の日です。わたしたちが毎日おいしい給食を食べられるのは、食べ物を育てる人やとる人、運搬をする人、献立を考える人、調理員さんなど、さまざまな人たちが支えてくれているおかげです。食にかかわる人たちへの感謝の気持ちを持って、給食をおいしく食べましょう。



11月14日～18日は残量調査になります

11月14日～18日は残量調査になります。残量調査とは、学校給食の実態を把握すると同時に、食事内容の課題や問題点を明らかにし、学校給食の充実改善のため群馬県全域で行われます。

本校でも、この期間は料理やクラス別に残量の調査をします。片付け等が通常とは異なりますが、ご協力をよろしくお願いいたします。



残さず食べよう

作ってみよう！給食レシピ「すき焼き風煮」

材料（4人分）

豚肉	160g	三温糖	12g
焼き豆腐	160g	しょうゆ	32g
したらき	30g	みりん	8g
はくさい	160g	酒	4g
ねぎ	80g		
しいたけ	20g		
しゅんぎく	30g		

作り方

- 1.しらたきを下ゆでし、食べやすい長さに切る。
- 2.ねぎは1cmの斜め切り、はくさい・しゅんぎくはざく切り、しいたけはスライス、焼き豆腐は一口大に切る。
- 3.鍋に少量の水を入れ熱し、豚肉を加え茹でる。
- 4.豚肉に火が通ったら、焼き豆腐・しゅんぎく以外の具材と調味料を入れ煮る。
- 5.4に焼き豆腐・しゅんぎくを加え、弱火で煮る。

