



食育通信

別海町立上春別中学校

食育担当 (服部)

平成25年 3月 5日

第 12 号

☆ 毎月19日は「食育の日」です。

みなさん、こんにちは。

今号も1年生の調理実習の様子をお伝えします。そして、給食センターと学校からのお知らせも載せていますので、必ずご確認ください。

食べることは生きることの基本

重要 《給食センターからの連絡です》

今週8日(金)の給食に「コーヒー牛乳」が付きます。この製品に関してアレルギーを持っているお子さんがいる場合は、事前に学校まで連絡を入れてください。

原材料名：生乳・脱脂粉乳・グラニュー糖・コーヒー粉末・コーヒー抽出液・カラメル色素

※3年生は7日にコーヒー牛乳が付く予定です。そして、入試の日の献立にあるアイスクリームも3年生だけ7日に移動となります。

3. ハンバーグ&ミネストローネ

各班、オリジナルのハンバーグです。焼き加減が難しかったのでは？



焼いているうちに、中の空気が熱で膨張し、ハンバーグの真ん中が膨らむため、あらかじめくぼませておくと、焼きあがり が平らで、焼け方もムラにならない。

【アイヌ文化体験学習】

2月25日(月)

総合的な学習の時間

に、1年生は講師の方々にアイヌ料理を教えてもらいました。とても貴重な体験です。



おいしい料理がたくさんできましたね。



計画表を見ながら



「ミネストローネ」はイタリア語で「具たくさん」「ごちゃ混ぜ」等の意味があり、「イタリアのみそ汁」と呼ばれることもある野菜スープです。いろいろな野菜を入れて自分のオリジナルを作ることもできるので、みんなも家で挑戦してみましよう。

★3月12日(火)の昼食についてのお願い★

この日は、卒業記念集会があり、給食を停止しています。例年、お弁当等を購入しみんなで食べていたようですが、今年度は、オードブルを注文し、デザートや飲み物も準備する予定です。そこで、各家庭にお願いがあります。その時に食べる「ご飯」をお子さんに持たせてください。おにぎりでも、お弁当箱につめてきても構いません。中学生なので、自分で準備することもできると思います。残して持ち帰りをしないよう、食べられる量でお願いします。