

給食だより 夏休み号! 2024年

曽我小学校

いよいよ、ウキウキ♡ ワクワクの夏休みが、すぐそこまで近づいてきました。給食だより夏休み号では、先日 ご応募いただいた「子どもの喜ぶ 神奈川県産の食材を使った料理」のご紹介と、職員にインタビューした「わが家の夏休みオススメクッキングお」を特集しました。

野菜肉レタス巻

～材料(4人分)～

- ・ しいたけ … 3枚
- ④ 長ねぎ … 2本
- ④ にんじん … 半分
- ④ たまねぎ … 半分
- ④ にんにく … 1片
- ④ 豚切り落とし肉 … 200g
- ・ ごま油 … 小さじ2
- ・ ウエイパー … 小さじ1.5
- ・ みそ … 小さじ1
- ④ レタス … 4枚

④ ながわ県産の食材♡

3年 小酒部さん

～作り方～

- ① Aの材料をすべてみじん切りにします。
- ② フライパンにごま油をひき、にんにくを炒め、豚肉を加え、色が変わるまで炒める。
- ③ ②へ、しいたけ、長ねぎ、にんじん、たまねぎを混ぜたものを入れて炒める。
- ④ ウエイパーとみそを入れて、味を整える。
- ⑤ 器に盛り、レタスをそえて、レタスにくるんでいただく。



おやさいも大切に食べてね
なつやすみにかりきりそうだよー!!

5月、曽我小のみんなで収穫したたまねぎ月たくさんごちそうさまでした。



5月、6月、7月の3ヶ月間で、
192キロのたまねぎを
ぎゅうしょくで使わせていただきました!



元気スマイルで、
みんなの学校生活を
サポートしてくださっている
校務員 上野さん



そうめんを、たんたんめん風にアレンジします!
そうめんは、ゆでて水洗いして準備。
タレは、ねぎごま、牛乳(豆乳もOK!)、めんつゆを合わせて
作ります。ねぎやすりごまはお好みで。大人は、ラー油
を加えたりしますよ!!



たこ焼き器でベビーカステラ♡♡

ホットケーキミックスで生地を作り
お好みで、ウインナーやチーズ、チョコなどをきざんで
入れます♡子供たちと楽しめる一品です!



フレンチトーストを作ります♡

- ① 食パンを4等分にして、卵、牛乳、さとうを混ぜた中へ入れます。



- ② 食パンが吸ったかなーと思ったら、フライパンにバターをうすく広げ、ふたをして焼きます。両面をいい感じの色にするといい♡

お好みで、イチミツや生クリーム(しぼるだけタイプ)をかけてできあがり!!



ビールに見える!?

りんごゼリー カンパ〜イ!!

～材料～
りんごジュース 500cc
粉ゼラチン 10g

おいしい給食 & スイーツ作りもプロの腕前!
調理員 石塚さん



- ① ボウルに粉ゼラチンとりんごジュース 大さじ4杯を入れ、ラップをかけて、レンジ600Wで30秒加熱します。
- ② ①をしっかり混ぜて、残りのりんごジュースに戻し入れます。
- ③ ②をグラスに注ぎ入れます。この時、全体の分量程度は、とっておく。グラスは、冷蔵庫へ入れます。
- ④ 残りの③を冷水にあてて、ハンドミキサーで泡立てます。泡をグラスに入れて、冷蔵庫で冷やし固めたら、できあがり♡