

給食だより

令和5年7月号
松戸市立旭町小学校

夏休みも間近になりました。子どもたちが育てている夏野菜も実がなり、朝顔もきれいな花が咲いて夏本番です。

夏休み できることから始めてみよう 家庭の仕事

お子さん自身ができることを考えて、責任をもって家庭の仕事をするこは生活の中で自立する力を身につけることにつながります。お子さんの力にあった、できる家庭の仕事を増やしていきませんか？

食事に関わることでは・・・

買い物をする



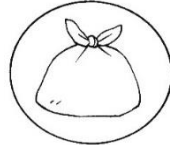
料理をつくる



食器を洗う



ゴミを捨てる



他にもテーブルを拭く、はしを並べる、ごはんをよそうなどいろいろな仕事があります。

先生方にインタビュー！「小学生の頃、どんな家の仕事していましたか？」

お風呂洗いです。

お皿洗いが仕事でした。

洗濯ものをとりこんで、たたんでいました。

お茶わんを並べたり、できた料理をはこんでいました。

玄関掃きです。

お米をとぐのが担当でした。



Why don't you Make it?



作ってみませんか ～アルファベットスープ～

材料

- ・たまねぎ 100g (中1/2個)
- ・キャベツ 100g (大2枚)
- ・にんじん 30g (中1/4本)
- ・ベーコン 1枚
- ・マカロニ 20g
- ・水 4カップ (800cc)
- ・固形ブイヨン 1個
- ・白ワイン (酒) 小さじ1
- ・塩 小さじ1/2
- ・こしょう 少々
- ・みじん切りパセリ 小さじ1

作り方

- 1.たまねぎはうす切り、キャベツ・にんじんは色紙切り、ベーコンは短冊切りにします。
- 2.鍋に水、ブイヨン、白ワインをいれ火にかけます。
- 3.煮立ったらたまねぎ、にんじん、キャベツ、ベーコンを入れます。
- 4.煮立つまでは強火、煮立ったら弱火にしてふたをして20分コトコトに煮ます。
- 5.塩・こしょうで味つけし、アルファベットマカロニを加えて煮ます。(普通のマカロニの場合はゆでておいたものを入れます)パセリをいれて仕上げます。

～ポテトのフレンチサラダ～

材料

- ・じゃがいも 300g (中2個)
- ・にんじん 60g (中1/2本)
- ・きゅうり 100g (1本)
- ・コーン缶 大さじ2

作り方

- 1.じゃがいもは1.5cm角切り、にんじん、きゅうりは1cm角切りにします。
- 2.じゃがいもはレンジで500W3～4分、にんじんは2分、さっと水に通してから、ふんわりラップでやわらかくなるまで加熱し、冷まします。
- 3.じゃがいも、やさいをドレッシングで和えます。

【ドレッシング】よく混ぜます。

- ・レモン汁 (酢) 大さじ2
- ・砂糖 小さじ1
- ・塩 小さじ1/2
- ・こしょう 少々
- ・オリーブ油 大さじ2 (サラダ油)

お知らせ



コロナ感染予防のために中止していた給食試食会を2学期に再開します。例年1年生の保護者の方を対象に行っていましたが、3年間実施していませんでしたので今年度は1～4年生の保護者の方対象です。

実施日予定 9月29日 (金) 2年生 10月12日 (木) 4年生

10月27日 (金) 3年生 11月2日 (木) 1年生

※実施日近くになりましたら参加申し込みのお手紙を配付します。