

うんまか



発行：令和6年 2月
えびの市防災食育センター
第6号

給食時間を振り返ろう

この1年の給食時間を振り返り、できたことに〇を付けましょう。

<p>給食の前に手をきれいに洗えた</p>	<p>給食当番の身支度をきちんとしてきた</p>	<p>食事のあいさつを心を込めて言えた</p> <p>いただきます</p>
<p>食器を正しく並べることができた</p>	<p>お箸を正しく持ち、上手に使うことができた</p>	<p>よくかんで味わって食べることができた</p>

たくさんのお手紙をありがとうございました！

今年も全国学校給食週間にちなんで、心温まる感謝状をたくさんいただきました。

給食を楽しみにしているようすや、好きな献立・苦手な献立がわかり、仕事の励みになりました。

いただいたお手紙は、見学スペースに掲示しています。



ちさんちしょうこんだて しょうかい ひむか地産地消献立の紹介

2月に登場したひむか地産地消献立を紹介いたします。献立は「白ごはん、えびの産宮崎牛のすき焼き煮、ごぼうサラダ、きんかん」です。白ごはんの有機米とすき焼き煮に使用したえびの産の宮崎牛は、市から無償で提供していただきました。

きんかんは「完熟きんかん たまたま」という種類のきんかんを使用し、えびの市では、約12年ぶりの登場でした。甘さと酸っぱさのバランスがよい、とてもおいしいきんかんでした。きんかんを初めて食べるという人もいたようです。これからも色々な食べ物のおいしさを知ってほしいと思います。



【えびの産の食材】米（えびの産ヒノヒカリ）・宮崎牛・長ねぎ・きんかん
【宮崎県産の食材】ごぼう・キャベツ・にんじん・白菜・しいたけ

給食レシピ紹介「キムタクごはん」

【材料 4人分】

米 2合
豚もも肉 50g
白菜キムチ 30g
たくあん 20g
ねぎ 適量
いりごま 小さじ1
薄口しょうゆ 小さじ1/2
ごま油 適量

【作り方】

- ① ご飯を炊いておく。
- ② 白菜キムチとたくあんは、あらかじめ刻む。
- ③ 豚肉は、細切りにする。
- ④ ねぎは、小口切りにする。
- ⑤ フライパンにごま油を引き、②③を炒める。
- ⑥ 薄口しょうゆを加え、味を調える。
- ⑦ 炊きあがったごはん、④⑤といりごまを混ぜる。