

6月3日(月) すくすく通信

# てあら 手を洗おう



雨の日が多く湿度が高い季節になりました。

手のひらには目に見えないばい菌が沢山潜んでいます。なので手を洗わないとごはんを食べるとおなかを壊す(食中毒になる)原因になります。

食中毒を防ぎ、安全においしく給食を食べるためには、給食を配膳する前、給食を食べる前には必ず石けんでよく手を洗い、ハンカチやタオルでふきとりましょう！！

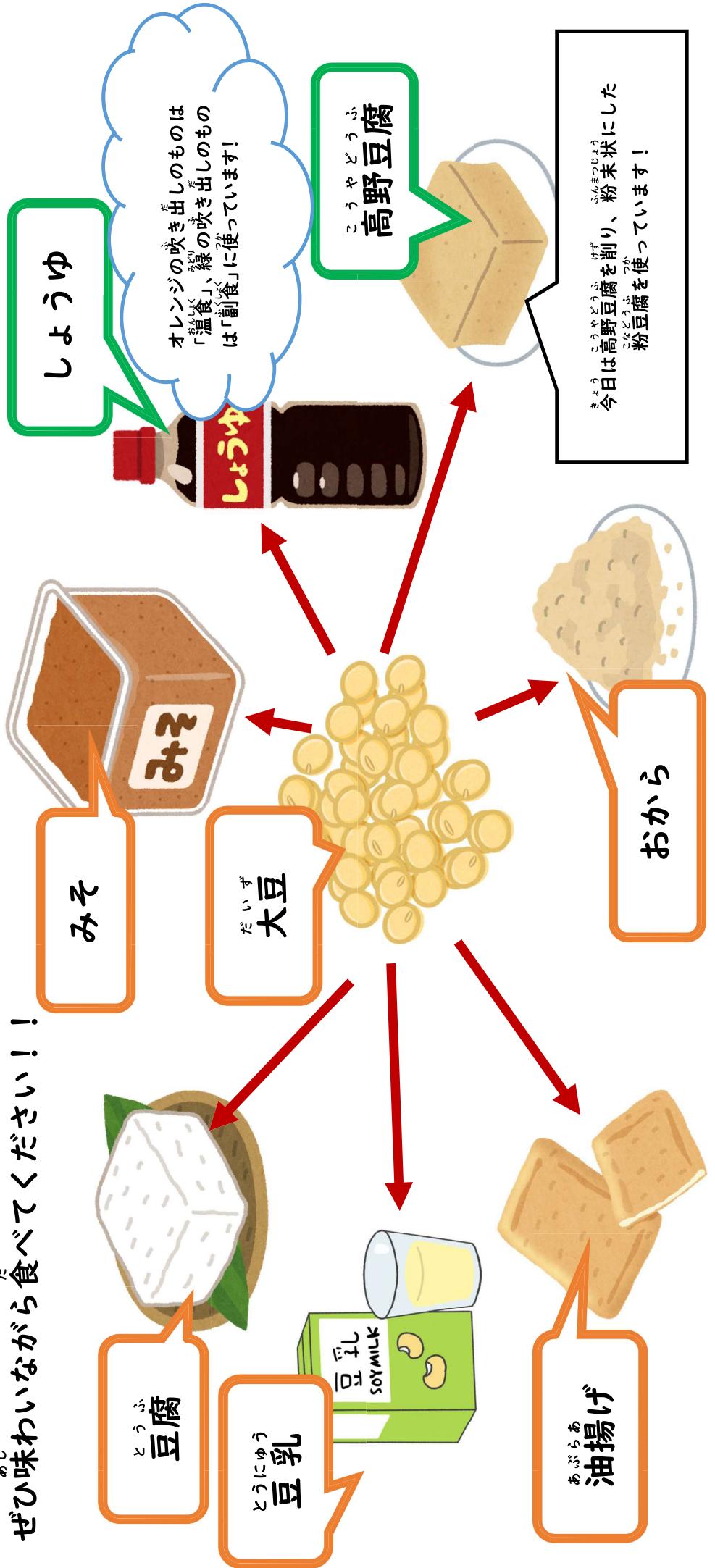
今日の副食のきびなごは…↓

ひとり  
★一人

ひきめやすはいぜん  
匹を目安に配膳してください★

# 6月14日(金) すぐく通信 ～姿をかえる大豆～

★今日の献立は、「麦ごはん・牛乳・豆まめみそ汁・ゴーヤチャンプルー」です。  
燻のお肉とも言われるくらい、たんぱく質が豊富な『大豆』や、大豆からできている『大豆製品』をたくさん使った献立になります。  
さて、『大豆』から変身して、『大豆』から食べたください！



6月13日(木) すぐすく通信



今日の副食に使用しているパセ

リは、内さゆりさんが育て、持ってきてくださいました。

無農薬で作られた、内さんのこだわりがたくさん詰ま

った鮮やかな緑のパセリです。

そんな新鮮なパセリをオーブンで加熱して調味料と

混ぜ、揚げたじゃがいもと砂入りにまぶしました。

みんなの地元・知名町で作られたおいしいパセリ！

地元で育った食材を地元で消費する「知産知消（地産

地消）」にもつながります♪

6月25日（火）すくすく通信

# かぼちゃ すいか

今日の温食に使用している「か

ぼちゃ」は辻雄一郎さん、副食の

「すいか」は平英行さんが育て

て持ってきてくださいました。鮮やかな黄色のかぼち  
やを、鶏ひき肉や野菜、厚揚げなどと一緒に煮込み、か  
ぼちゃのそぼろ煮を作りました。また、15玉のすいかを  
調理員さんがきれいにカットしてくれました。今が旬  
のみずみずしく甘いすいかです。**えがお**笑顔と「おいしい！」  
が溢れる給食時間になりますように♪



6月27日(木) すくすく通信

# パッションフルーツ



副食の揚げ鶏に絡めたのは、パッションフルーツをベースとした味付けのソースです。下平川小地区の盛山幸枝さんが新鮮で実の詰まった「パッションフルーツ」を9kg納めてくださいました。半分にカットしてスプーンで果肉をくり抜いて、オクラや人参、ピーナツ、調味料と一緒に加熱してパッションフルーツソースを仕上げました。

温食の「きくらげ」と「もやし」も島内産のものを使用しています。沖永良部の味をふんだんに使った献立になっています！ぜひ味わって食べてください♪



調理室は、朝からパッションフルーツの良い香りでいっぱいでした♪  
パッションフルーツならではの楽しい食感と甘酸っぱさを味わってください♪

6月28日(金) すくすく通信

# けいはん 鶏飯



今日の給食は、鹿児島の郷土料理の「奄美の鶏飯」です。江戸時代、奄美大島にやってくる薩摩藩の役人たちを、もてなすための料理として「鶏飯」が生まれました。

麦ごはんの上に、錦糸卵やささみ、しいたけなどと炒めた具をのせ、葉ねぎが入った透き通ったスープをかけ、刻みのりをのせて食べましょう！

後世に引き継ぎたい地域の歴史と食文化が込められた鹿児島の郷土料理を味わって食べましょう♪

