



いただきます！

平成28年 7月号
杉並区立杉並第四小学校
栄養士 服部 悦子

1年生・空豆のさやむきをしました



6月8日(水)1校時に、1年生が空豆のさやむきをしました。はじめに、司書の平井先生に「そらめくんのベッド」の絵本を読み聞かせをしていただきました。そして、全校分のさやむきがスタート！空豆のさやがかたくて苦戦している子もいましたが、だんだんと慣れてきて、上手にむけるようになりました。さやの中がふかふかで、「そらめくんのベッドだ！」と大事そうに触っている子もいました。

給食の時間、苦手だけど、自分たちがむいた空豆なので一生懸命食べる子、「空豆大好き！」とおかわりしている子もいました。



「そらめくんのベッド」大型絵本での読み聞かせです。



むいたさやと豆を観察して、カードに記録しました。

みんな真剣に聞いています。



そらめくんのふかふかベッドだ！



給食試食会が実施されました

6月16日(木)に給食試食会が実施されました。36名の参加でした。ご感想の一部を紹介します。

- ・うす味で、だしがきいてておいしいです。家庭では濃い味になりがちなので、気をつけたいと思いました。
- ・一食の食事の中に、栄養だけでなく、沢山の思いが込められているのだと感じました。
- ・いつもおいしいと言って子供が喜んで食べられるのは、調理士さんの努力によるものです。ありがとうございます。

子供たちに入気のキムチチャーハンでした。



これからも、安全でおいしい給食作りに努力していきます。お世話になった役員の方々、どうもありがとうございました。

杉四小名物、手作りパンです



すぎししょうめいぶつ
杉四小名物の手作りパンは、ほぼ月1回のペースで登場しています。
とうじつあさはや
当日朝早くから、給食室で生地を仕込み、成形し、焼きます。とても手間と
じかん
時間がかかるのですが、たの
楽しみにしてくれている子供たちのために、ちょうりし
調理師さんたちも
がんば
頑張ってくれています。

おお
大きなケーキミキサーで、
3〜4回に分けて生地を
こねます。



きしをタライに移し、湯を
は
張った釜で発酵させます。



きしを分配し、成形します。



に
二次発酵させ、オーブン
で焼きます。



シナモンロールは、のばした生地にシ
ナモンとレーズンをふりかけ、しっか
り巻いてとじます。ほうちよう
包丁で切り分け、
き
切り口を上にします。



ハムロールパンは、生地にハ
ムとゆで卵をのせ、くるりと
巻きます。表面に切りこみを
入れます。



あらねつ
粗熱を取ってから、クラ
スに配食します。



アップルパン(4月)



ハムロールパン(5月)



シナモンロールパン(6月)



給食のレシピ本が発売されました

すぎなみく がっこうきゅうしょく
杉並区の学校給食のレシピ本「おうちで食べたい給食ごはん」
が発売されました。学校の図書室にも2冊置いて、子供たちにも
しっさい
実際に手にとって見られるようにしています。

