

令和4年11月28日(月)

学校給食について



学校給食についてお知らせします。洋光台第四小学校では、給食を学校敷地内の給食室で作っています。子どもたちは毎日、温かくて美味しい給食を食べています。

今日は給食相談員の先生が来校し、学校給食を参観しました。そこで、学校給食を取りまとめている「(公益財団法人)よこはま学校給食財団」のホームページの紹介を受けました。給食についていろいろとわかるホームページですので、皆様にお知らせします。

横浜市立洋光台第四小学校の給食

ごはん 牛乳 生揚げと豚肉のみそ炒め かきたま汁

材料名	切り方	1人分(g)
生揚げ	2cm角	60
しょうゆ		1.5
砂糖		1.5
しお		10
豚肉		15
しょうゆ		0.3
酒		1
たまねぎ	2cm角	40
こまつな	2cm	9
にんじん	3mm×5mm	8
しょうが	みじん	1
食塩		0.7
しょうゆ		0.5
赤色粉末		2.5
トラバシジャン		0.2
でんぷん		0.5
水		5

作り方

- 1 生揚げを湯抜きして切り、炭焼する。
- 2 こまつなを切り、ゆでる。
- 3 にんじん・たまねぎ・しょうがを切る。
- 4 釜に油を入れ、湯気でしょうがを炒め、トラバシジャンを入れる。
- 5 豚肉を炒め、酒・しょうゆをよ入れる。
- 6 たまねぎ・にんじんを入れてよく炒め、調味する。
- 7 水溶きでんぷんを入れ、生揚げを入れる。
- 8 こまつなを入れる。

生揚げと豚肉のみそ炒め

ホームページ 食育ひろば

つくってみよう！給食の献立(料理編)では、給食の作り方を紹介しています。

レシピは180以上の
のってます

つくった料理の写真を撮ったら…
おうち給食はじめましたへの投稿をお待ちしています。

(公益財団法人)よこはま学校食育財団

〒231-0015 横浜市中区尾上町一丁目六番地

電話 045-662-2541

子どもたちへの安心・安全で美味しい給食の提供を目指して、日々取り組んでいます。とても美味しい給食のことについてもっと知っていただけると嬉しいです。ぜひ、お子様と学校給食についてお話をしてみてください。

