



# 4月分 ひまわりだよ



もくひょう

## まも たの きゅうしょくじ かん マナーを守って楽しい給食時間にしよう！

ご入学・ご進級おめでとうございます。新しい学年が始まってすぐに給食が始まります。準備から食事、片づけまでマナーをしっかりと守り、みんなで仲良く、楽しい給食の時間を過ごしましょう。

### 給食当番の身支度



給食当番になった人は、給食の準備をする前に給食当番としてふさわしい清潔な身支度をしているかどうかを確認しましょう。

### 給食時間の約束



### 心を込めて給食の片づけ

感謝の気持ちを持っていねいに片づけをしよう



### 今月の献立から

### ブロッコリサラダ



〈材料 4人分〉

- ・ブロッコリー 100g
- ・カリフラワー 100g
- ・キャノーラ油 小さじ1
- ・穀物酢 小さじ1
- ・塩 小さじ1/4
- ・こしょう 少々
- ・砂糖 小さじ1/3

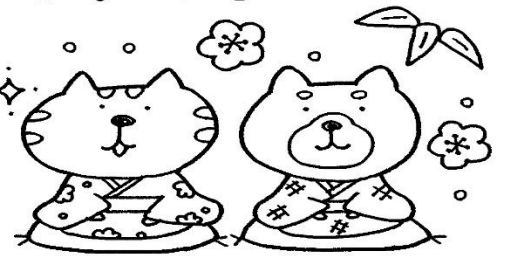
〈作り方〉

- ①キャノーラ油、穀物酢、塩、こしょう、砂糖をフライパンで熱しながらよく混ぜ、冷ましておく。
- ②ブロッコリーとカリフラワーをそれぞれ茹でて、冷ます。
- ③①のドレッシングと②でゆでた野菜を混ぜ合わせて完成。

### 大切な食事のあいさつ

### いただきます・ごちそうさま

日本には食事の前後のあいさつがあります。「いただきます」にも「ごちそうさま」にも食べ物の命や食事を用意するためにかわった人たちへの感謝の気持ちが込められています。



### ●2月16日から3月24日の食材産地

#### 🍅 野菜類

|      |                    |
|------|--------------------|
| ごぼう  | 青森                 |
| 人参   | 埼玉・千葉・茨城・徳島・長崎・鹿児島 |
| 根生姜  | 高知                 |
| 大根   | 神奈川                |
| 長ねぎ  | 行田市・埼玉・千葉・群馬       |
| 玉ねぎ  | 北海道                |
| にんにく | 青森                 |
| 白菜   | 茨城・群馬              |
| にら   | 栃木・群馬              |
| もやし  | 栃木                 |

|        |          |
|--------|----------|
| キャベツ   | 茨城・愛知    |
| きゅうり   | 栃木・高知・宮崎 |
| れんこん   | 茨城       |
| チンゲンサイ | 埼玉・茨城    |
| じゃがいも  | 北海道      |

#### 🍖 肉類

|    |           |
|----|-----------|
| 豚肉 | 鴻巣市・青森    |
| 鶏肉 | 岩手・宮崎・鹿児島 |

### ●献立表・給食の写真

行田市ホームページに献立表と給食の写真を掲載しています。

|       |  |
|-------|--|
| 献立表   |  |
| 給食の写真 |  |