

3月

給食だより



新城市学校給食センター
新城市作手学校給食センター

今年度もいよいよ終わりが近づいてきました。毎日の学校生活の中で、心も身体も大きく成長した1年になったと思います。給食の時間にも、苦手なものに挑戦したり、食事のマナーを意識したりと、みなさんの「食べる力」が育ってきていることを感じます。残り1か月、新たな学年を元気に迎えることができるように、心と身体を整えていきましょう。

1年間のふりかえりをしよう！

学校や家での食事の時間をふりかえって、 をつけてみましょう。

<p>毎日、朝ごはんを食べた</p> <p> </p>	<p>苦手な食べ物にもチャレンジした</p> <p> </p>	<p>よく噛んで食べた</p> <p> </p>	<p>毎日、野菜を食べた</p> <p> </p>
<p>食事の前にはしっかり手を洗った</p> <p> </p>	<p>協力して、食事の準備をした</p> <p> </p>	<p>心をこめて、食事のあいさつをした</p> <p> </p>	<p>食事の時間を楽しく過ごすことができた</p> <p> </p>

や はいくつありましたか？ としたところは、来年度の目標にしましょう



子どもたちに人気の給食レシピを紹介します！

ポパイドーナツ

材料（10個分）

- ・小麦粉 … 100g
- ・ベーキングパウダー … 3g
- ・ほうれん草パウダー … 5g
- ・木綿豆腐 … 20g
- ※豆腐の水切りは不要です
- ・おから(生) … 60g
- ・豆乳 … 60g
- ・砂糖 … 40g
- ・サラダ油 … 3g

作り方

- ① 小麦粉、ベーキングパウダー、ほうれん草パウダーをあわせて、ふるっておく。
- ② ①に残りの材料(サラダ油以外)を入れて、よく混ぜる。
- ③ 最後にサラダ油を入れて、さらによく混ぜる。
- ④ 揚げ油(分量外)は、160～170℃に加熱する。
- ⑤ スプーンで生地をすくって揚げる。
- ⑥ 表面がきつね色に揚がったら、完成！

奥三河ほうれん草パウダーは作手の特産品！
野菜が苦手な子たちにも人気のあったドーナツです。

