

1月 給食だより

家庭用

国東学校給食センター
栄養教諭 中川 綺乃



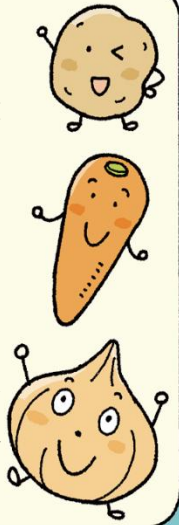
1月からリクエスト給食を提供します!



卒業が近くなり、給食を食べられるのもの残りわずかとなった国東中学校3年生、志成学園9年生のみなさんに、「リクエスト給食」の希望をとりました。1月～3月にかけて提供していきます。お楽しみに!

リクエスト給食のほかに、思い出に残っているメニューや給食の思い出エピソードも聞いてみました。心温まるメッセージや思い出エピソードをたくさん書いてくださったので、少しですが紹介します♪

★いつもおいしく食べさせていただいております。毎日給食を作っていただき有難うございます。★野菜が苦手でしたが、少し克服することができました!!有難う御座いました!給食サイコロ~!★日常生活で食べないような食べ物(鯨の竜田揚げなど)が食べれたのでいい経験になりました。給食おいしかったです。ありがとうございます。★毎日とても楽しみにしています!★家に帰って母に「給食に〇〇がでたよ~」って毎日話したら、たまに学校給食みたいな夜ごはんをだしてくれたのが思い出です!★毎日思い出です!★ABCスूपで名前をローマ字で並べたことが思い出です。★小1、2年のときにナンが出てきて、人生初のなんでインドではこんな感じで食べたのかなと思ったこと。★マリンスポーツの日にサイコロステーキがでてショックだった。★デザートじゃんけんて一人勝ちしたこと。★揚げパンをみんなで食べたときに、みんな「おいしい、おいしい」と言いながらたくさん食べたこと。今年で最後の給食なのでたくさん食べてみんなと思い出を作っていきたいです。



朝ごはんを食べると



リクエスト給食第1位! トリニータ丼

~材料~

・鶏もも肉 2枚	●おろししょうが 小 1/2
・塩 少々	●おろしにんにく 小 1/2
・こしょう 少々	●砂糖 大さじ 2
・酒 大さじ 2	●しょうゆ 大さじ 3
・片栗粉 適量	●みりん 大さじ 1
・揚げ油 適量	●豆板醤 少々
・にら 1束	●コチジャン 小さじ 1
	●ごま油 適量
	●水 大さじ 4

~作り方~

- ①鶏肉を2cm角に切って下味をつけ、5分程度おく。
- ②片栗粉をつけて油で揚げる。
- ③●を鍋に入れ、3cmに切ったニラをいれて煮詰める。
- ④③に揚げた鶏肉を入れて絡めて照りがでたら完成!

毎日の給食を Instagram で投稿しています!



←QRコードを読み込んでいただくか「国東市学校給食センター」で検索するとご覧いただけます!

