H29．136号

健口で楽しい食育

塩川食育通信

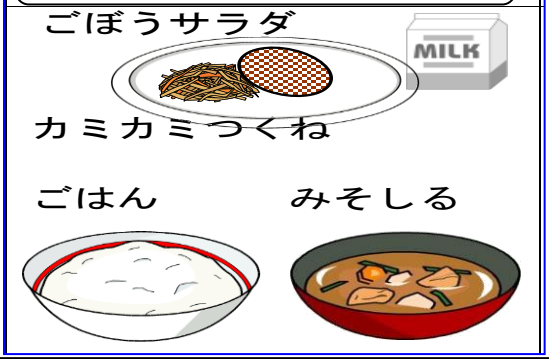
１２月の給食の目標

健康と冬の食べ物について考えよう

献立のねらい■　お友だちが考えた　■

サンマルちゃんリクエスト献立を食べよう

１２月１８日（月）



ハーイ！サンマルちゃんです

お友だちが考えた
サンマルちゃん
リクエスト献立です。

今日の主菜「カミカミつくね」は、
４年２組　安藤　璃音さんが
「わたしが考える　サンマルちゃん献立」の応募作品

給食委員会が選んだ作品です。

工夫した点「レンコンとにんじんを　あらみじん切りにして、ひき肉に練り込み、かむことが意識できるようにしたところ」が、すごいと思います。

＜給食クイズ＞

つくねという名前は、その料理方法からつけられた名前ですが、どんな作り方をしていると思いますか？

①棒でついて、ねって作る　②手でこねて、丸めて作る
③形を作っておいて、しばらく寝かせて置いて作る

「つくね」という名前は、「手でこねて丸める」つまり、捏（つく）ねるという作り方からつけられたとされています。手捏ね和風のハンバーグのようなものですね。