

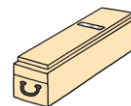
# 10月給食たより



令和3年10月4日発行  
加須市立礼羽小学校



## 礼羽小の食育



9月10日(金) 1年生 オンライン授業「おはしとマナー」



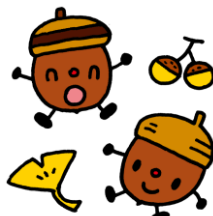
1年生のオンライン授業の最終日に、おはしや食べる時のマナーについて学習しました。食事のマナーの〇×クイズでは、積極的に参加してくれました。

9月10日(金) 1年生 「おはし名人になろう」



オンライン授業では、できなかったはしの持ち方について勉強しました。スポンジ、大豆などを使ってはしでつまむ練習もしました。

夏の暑さが和らぎ、朝、夕はだいぶ涼しくなってきました。  
9月はオンライン授業から始まり、やっとみなさんと会えることができうれしいです。学校に来ることができるようにはなりましたが、新型コロナウイルス感染症は、まだ収まった訳ではありません。友達と近づきすぎたり、大声で話すなどは、控えましょう。ていねいな手洗いやうがい、マスクの着用もしっかりやってみましょう。



### だしソムリエが教える 水でとるだしの取り方

ちょっと薄めだけど、水につけるだけでもだしは取れますよ！

#### 煮干しだし

〈材料〉煮干し…40g 水…1ℓ

- ① ボウルに煮干しと分量の水を入れる。(煮干しはフライパンで3～4分ほど、から入りすると香ばしさが出る)



- ② ラップをかけ、ひと晩おく。



- ③ ひと晩おいたものは、水が薄く色づいている。



#### こんぶだし

〈材料〉こんぶ…30g 水…1ℓ

- ① 乾いたペーパータオルなどでこんぶの表面のよごれを拭きとる。(白い粉はうまみ成分なので拭きとらない)



- ② ボウルにこんぶを入れ、分量の水を入れる。



- ③ ボウルにラップをかけ、冷蔵庫に入れ8時間ほどおく。



※ 2つのだしを合わせると、相乗効果でおいしくなります。使うときは1度沸騰させましょう。

10月11日  
から  
10月29日

### みんなの朝ごはんキャンペーン

をやります

みなさんはどんな朝ごはんを食べていますか？  
当たり前前に食べているけれど、実は他の人はあまりやっていない、おいしい食べ方をしているかもしれません。「こんな食べ方が好き」とか「この組み合わせがおいしいよ」というレシピをぜひ教えてください！

参加してくれた全員に、しおりを配ります。  
紹介したいすてきなレシピは、ご家庭の許可をいただいて、給食たよりに掲載したり、校内に掲示したりする予定です。

子供たちには、キャンペーン動画を後で見せる予定です。  
参加してくれる人には、応募用紙を配るので、家族で考えてみてくださいね。  
ただいま準備中です。もう少しお待ちください！

キャンペーン動画には、先生のおすすめ朝ごはんもでてくるよ



### あきおいしい食べもの



あきおいしい食べものを見つけて、よく味わって食べましょう！