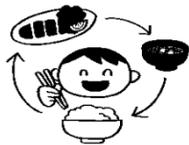


すききらいしないでたべよう



指導事項 ていがくねん ○のこさずたべることのたいせつさがわかる
中学年 ○好ききらいせずに残さず食べる
高学年 ○偏食と健康の関係を理解し、栄養バランスを考えて食事をする事ができる



Table with columns: 日, こんだてめい, おもなしょくひん (おもにエネルギーのもとになる, おもにからだをつくるもとになる, おもにからだのちょうしをとのえるもとになる), えいようか. Rows include meals like ねじりパン, むぎごはん, しろごはん, etc., with their ingredients and nutritional values.

※入荷の都合、天候による急な休校により献立および材料の一部を変更することがありますので、予めご了承ください。
※地場産物(小郡市三井郡でとれる食材)を太字で示しています。給食で使用する予定です。
※毎月19日は食育の日。家庭や学校で食べ物や食について考える日です。10月の給食では7日(火)に料理コンクール献立を実施します。17日(金)に鹿児島県の郷土料理「さつまじる」を実施します。

小郡市・大刀洗町の農産物を使って作ってみよう

にんじんのポタージュ

- 【材料】4人分
・ベーコン 1枚 ・人参 1本
・玉ねぎ 1個 ・じゃがいも 1個
・サラダ油 小さじ1 ・コンソメ 10g
・ホワイトソース 40g ・牛乳 200ml
・塩 少々

- 【作り方】
1. 玉ねぎはスライス、人参、じゃがいもは薄めの半月切り、ベーコンは短冊に切る。
2. 鍋に油をひき、野菜を中火で炒める。
3. 水400mlとコンソメを加え、野菜が柔らかくなるまで煮込む。
4. 3をミキサーにかける。
5. 4を鍋に戻し、牛乳とホワイトソースを加え、塩で味を調えたらできあがり

