

給食だより

1月号

中野区立第三中学校
栄養教諭 二重作友美

1月の給食目標

衛生的な習慣を身に付けよう

インフルエンザやノロウイルスなどが流行する季節となりました。給食準備においても衛生的な習慣を身に付け、ウイルス感染を防ぎましょう。



給食当番以外のチェック

- 机の上はきれいですか？
- 手は石けんでしっかり洗いましたか？
- 席に座って、配膳の順を静かに待っていますか？
- 片づけはきれいにしていますか？

給食当番のチェック

- 4時間目終了後、すぐ給食当番にとりかかっていますか？
- 白衣を着て、ぼうしをかぶり、マスクをつけましたか？
- 手は石けんでしっかり洗い、アルコールで消毒しましたか？
- 配膳台の上をきれいにふいていますか？
- おしゃべりせず、協力して配膳をしていますか？
- 白衣、ぼうしは金曜日に持ち帰り、洗濯・アイロンをかけて月曜日に忘れず持ってきていますか？

マスク返却について

予備マスクを借りて、返却していない人がいます。借りたら必ず次の日に返却しましょう。

世界の料理を知ろう

豊かな国際感覚を育むため、三中では世界の料理を献立に取り入れています。1月はアメリカ料理です。

保健給食委員3年〇〇さんが、アメリカ在住経験のある3年〇〇さんにインタビューをしてくださいました。

アメリカ料理の特徴や思い出を教えてください。

アメリカではハンバーガー、ホットドックなどのファーストフード店が多いです。人気の食べ物はピザです。サイズがすべて基本的に大きいです。

アメリカ料理は1月12日(金)です。ジャンバラヤはケイジャンというスパイスを使って作る魚介、玉ねぎが入った炊込みごはんです。クラムチャウダーはあさり、ベーコン、じゃがいもなどを使ったスープです。アメリカではトマト味とクリームソース味の2種が食べられていますが、給食ではクリームソース味にします。コブサラダはアメリカのレストランのまかないで出されたのが発祥です。ドレッシングに特徴があり、クミン、オレガノ、コリアンダー、チリパウダー、パプリカなどたくさんのスパイスを使い、奥深い味を作りだします。ブラウニーはナッツを入れたチョコレートの焼きケーキです。それぞれの家庭によっては入れる材料は変わります。給食では甘さ控えめで作ります。お楽しみに。