

給食だより

令和7年9月
水巻町立小学校
栄養教諭

みずまきまちとくさんひん 水巻町特産品『でかにんにく』



特産品とは、各地域の気候や特性を生かして収穫できる食べ物のことです。水巻町では、栄養分や水分を豊富に含んだ土地と、温暖な気候を生かして、『でかにんにく』を栽培しています。学校給食でも、水巻町で作られた『でかにんにく』と『でかにんにくみそ』を使っています。

★『でかにんにく』の特徴★

- ①大きい(普段よく目にするにんにくの約5倍!)
- ②においがきつくない
- ③火を通すとほくほくになる



令和6年度実施献立

こまつなのソテー

でかにんにくしょうゆのからあげ
※9月19日実施予定

ぎゅうにゅう

むぎごはん

あつあげのみそしる

でかにんにくを使った献立

身につけよう! 食事のマナー!

いよいよ2学期の給食が始まります。食事のマナー(やくそく)を守って、楽しい給食時間を過ごしましょう。



背筋をのばして、
正しい姿勢で食べる。



茶わんやしるわんを
正しく持って食べる。



食べている途中で
立って歩かない。



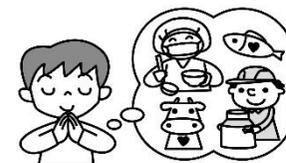
口に食べ物を
いれたまま
しゃべらない。



食事にふさわしい
会話をする。



正しい箸の持ち方で
食べる。



毎日の食事への感謝の気持ちを表す、「いただきます」
「ごちそうさま」のあいさつを大切にしましょう。

作ってみませんか! 「でかにんにくみそいため」

材料(5人分)

- ・豚肉.....180g
- ・キャベツ...270g
- ・にんじん...25g
- ・もやし.....40g
- ・しめじ.....25g
- ・生姜.....1g
- ・塩.....少々
- ・こしょう.....少々
- ・濃口しょうゆ.....15g(大さじ1)
- ・砂糖.....5g(小さじ1)
- ・でかにんにくみそ(甘).....10g(大さじ1/2)
- ・でかにんにくみそ(辛).....5g(小さじ1)
- ・酒.....5g(小さじ1)
- ・菜種油.....5g(小さじ1)

作り方

- ①キャベツは長方形、人参は短冊、生姜は細かく刻む。
- ②生姜を炒めて香りを出した後、食材を炒める。
- ③水分をとり、調味料で味付けをする。
※味噌は、しょうゆ等の水分でといておく。