

5月給食だより

令和6年4月25日
東京都立小金井特別支援学校
校長 村山 孝
栄養士 北川 園子

新緑の気持ち良い季節になりました。子供たちは少しずつ新しい環境に慣れてきたところでしょうか。給食時間の様子を見てみると、苦手な食材にも一口挑戦するなど、頑張っている姿も見られます。少しずつでいいので、味覚の幅が広がり、様々な食事を楽しめるようになると良いですね。今月も給食の時間が楽しみになるような献立を提供していきたいと思います。



今月のメニュー紹介



2日(金)鮭の塩焼き・・・シンプルな定番メニューですが、本校の児童・生徒のみなさんに人気のメニューです。給食室で生鮭に塩をふり、味付けをします。調理員さん曰く、この味付けが「下味」ではなく、「味付け」のため、意外と難しいということです。

8日(木)きなこ揚げパン・・・パン屋さんから購入したパンを給食室で揚げて、きな粉とお砂糖をまぶします。こちらも児童・生徒のみなさんに人気のメニューです。パンはきな粉とお砂糖がからみやすいように、ねじり（ツイストパン）の形のパンをあげパンにしています。裏面にレシピを載せるので、おやつに作ってみてください。

14日(水)醤油ラーメン・・・児童・生徒の皆さんからリクエストの多いラーメンです。給食室で朝から鶏ガラと豚骨からだしをとって、スープを作ります。また、その日に使う野菜（ねぎの青い部分など）も加えてスープを作ります。楽しみにしていてください。

16日(金)松風焼き・・・和風のミートローフのような料理です。豚ひき肉、玉ねぎ、卵、パン粉に味噌で味付けして練り上げ、型に敷き詰め、上にごまをふり、焼いて切り分けます。

28日(水)チーズケーキ・・・本校の人気のケーキです。クリームチーズ、砂糖、卵、小麦粉、生クリームにレモン汁を加えてオーブンで焼きます。それから、切り分けます。

※本校のホームページに給食の献立、給食だより、給食の写真を掲載しております。合わせて御覧ください。

給食を作ってくれる調理員さんの御紹介

調理員さんは全員で12人います。その内、毎日来る固定メンバーの4人と残りの8人が入れ替わり、合わせて9人で給食を作っています。

安全面・衛生面に細心の注意を払い、心をこめておいしい給食を作ります。どうぞよろしくお願いいたします。



給食レシピの御紹介

【きなこ揚げパン】おやつにどうぞ。

- ・ミニコッペパン・・・1つ
(米粉パンを使うとモチモチの揚げパンができて、それも美味しいです！)
- ・三温糖・・・・・・3g (小さじ1)
- ・きな粉・・・・・・3g
- ・揚げ油・・・・・・適量

【作り方】

- ① 三温糖ときな粉をよく混ぜ合わせておく。
- ② パンを油で素揚げする。
- ③ ②に①をまぶす。