



### 「レストラン」によようこそ！

弥彦小学校の子どもたちは、食堂のことをこう呼びます。

～ レストラン丘の上 ～ (省略して「レストラン」と言います)

県内では多くの学校が食堂のことを「ランチルーム」と呼んでいます。ですから、職員も異動して初めて聞いたときは驚きます。素敵な呼び方ですね！

これから1年間、子どもたちが「**食べることの大切さと喜び**」を感じられるようなレストランをつくっていきたいと思います。どうぞよろしくお祈りします。



調理室とレストランをつなぐカウンターです。おいしいにおいも届きます。

給食当番が盛り付けを行います。他の児童は教室で待ちます。



身じたくバッチリの給食当番です。衛生面にも気を配ります。

2年生も上手に盛り付けができるようになりました！

**7月15日(金)**  
「夏野菜たっぷり献立」

**ごはん**  
100%弥彦産  
コシヒカリです。



**牛乳**  
一年中新潟県産です。

**星の子あえ**  
**マーボーなす**  
夏が旬の「**おくら、きゅうり、なす、にら**」を使いました。

※ 天候の関係で、予定していた弥彦産の野菜は使用できませんでした。

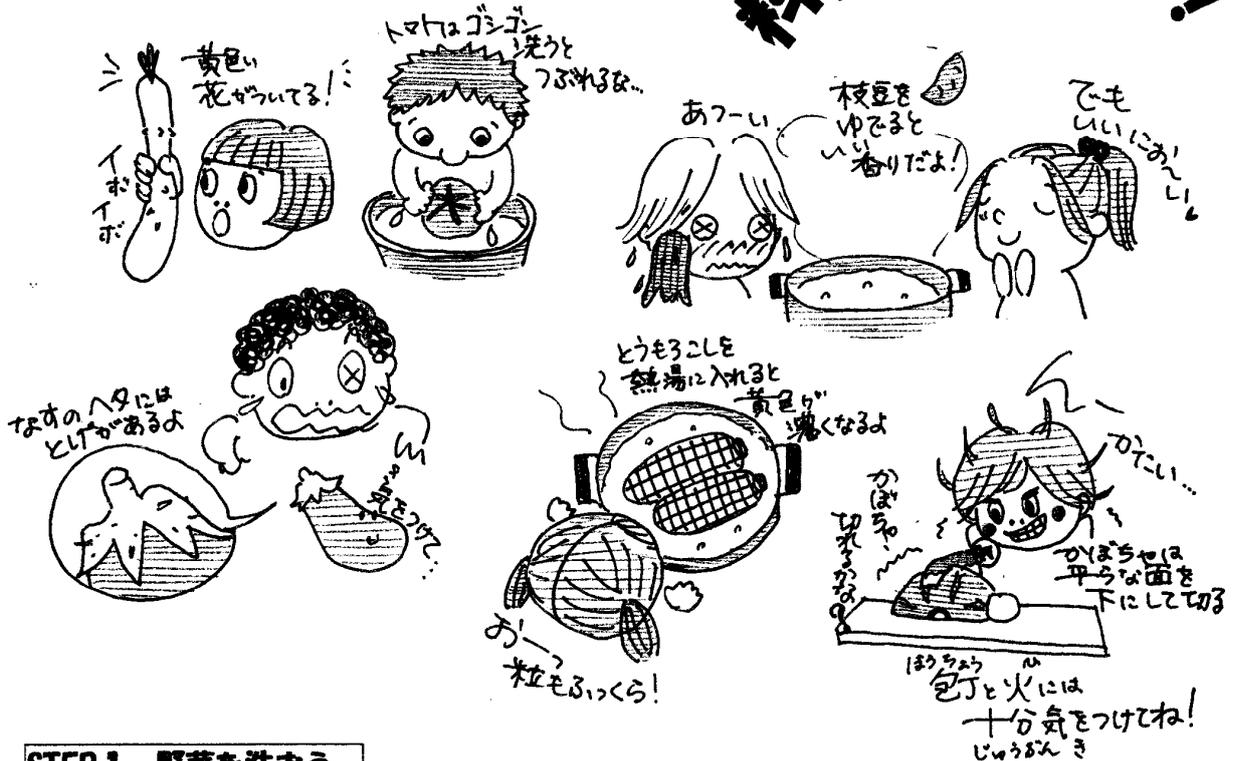


# 夏休みが始まります！



夏休みは、子どもたちが様々なことにチャレンジし、成長できる大きな機会です。  
この夏、お子さんと一緒に「食育」してみませんか？

## 夏野菜を味わおう！料理をしよう！



### STEP 1 野菜を洗おう。

きゅうりやトマトは洗うだけで食べられます。  
野菜はどんな手触りかな？

### STEP 2 野菜をゆでよう。

枝豆やとうもろこしをゆでてみましょう。  
熱湯に入れたときの色の変化、湯気の香り、何分くらいで柔らかくなるのか…  
体験しなければわからないことがたくさんあります。

### STEP 3 給食の献立をつくってみよう！

夏野菜をたっぷり使ったカレーや炒め物はいかがでしょう？

#### <夏野菜カレー>

いつものカレーの具を夏野菜にします。  
給食では、7種類の野菜を使います。

#### <なすみそ>

なす・ピーマン・豚ひき肉を炒めて  
みそで味付けをします。  
量は味を見て調節してください。



みそだれ { みそ 大さじ3  
さとう 小さじ1強  
酒 大さじ1弱  
※ 好みで七味唐辛子や豆板醤を入れます。