

6月

パクパクタイムズ



きょう 〈今日のメニュー〉

ごはん

とりにく かんこくふう や
鶏肉の韓国風焼き

あおないた
青菜炒め

あさりのスンドゥブ

ぎゅうにゅう
牛乳

【主な食材の産地・取り扱い業者】

- 米：ナナミ 米粒麦：はくばく
- 白ごま：多国籍
- 飲用牛乳：コーシン乳業
- 鶏もも肉：宮崎
- 豚肉：群馬、茨城
- あさりむきみ：愛知
- 豆腐：清水豆腐店
- にんにく：青森
- しょうが：高知
- 長ねぎ：千葉
- 小松菜：埼玉
- チンゲンサイ：静岡
- 人参：千葉
- 玉ねぎ：兵庫
- 大豆もやし：栃木
- 白菜キムチ（オキアミ・種実除去、りんご含む）：一力物産



6/8～6/12は板橋区の残菜調査期間です。

残さずいただきましょう！苦手なものもまずは一口食べてみましょう！

裏面もご覧ください！



今日は鉄分強化献立です。鉄分たっぷり「あさりのスンドゥブ」を出します！

〈ぱくぱくクイズ〉

「スンドゥブ」の「ドゥブ」には、どのような意味があるでしょうか？

- ① 豆腐
- ② 辛い
- ③ スープ

こた（答え）①豆腐

「スンドゥブ」は韓国語で「純豆腐（おぼろ豆腐のようにやわらかく、水分が多い豆腐）」という意味があります。「スン」は「純」、「ドゥブ」は「豆腐」を意味します。やわらかい絹ごし豆腐を入れて、あさりのうまみたっぷりのピリ辛スープに仕上げました。



今日の給食も残さずおいしくいただきましょう！

「いただきます」まで 目標 **15** 分



88:88



すばやく準備をして
食べる時間を確保しよう

★上手に配るポイント★

- ① ごはん、おかずは はじめに目印をつける



(例) 40人のクラスの場合

全体を8等分し、その1区画を5人に分けます。

展示食を見本にして
ほしいっちい！！



- ② 汁物は具を底からすくい上げる



具が沈んでいるので、お玉で底からすくい上げます。
できるだけ食缶に具が残らないようにしましょう。

