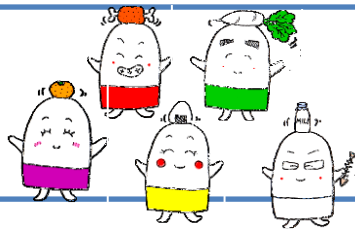


# しよく いく 食育だより



あいちけんりついちのみやとくべつしえんがっこう  
愛知県立一宮特別支援学校  
れいわねんどがつごう  
令和2年度6月号

## \* 6月の給食目標 \* 身の回りの清潔について理解を深める

毎月19日は  
おうちでごはんの日



学校が始まりしばらく経ちました。新型コロナウイルス感染予防のため、給食の献立でも1品少ない献立で実施しています。栄養価などは十分摂れるように具材を増やしています。御理解いただきますようお願い申し上げます。

さて、コロナウイルスも心配ですが、梅雨に入り気温と湿度が高くなると食中毒の危険性も高くなってきます。今月は食中毒予防についての三原則をお知らせします。



いちばん てあら  
一番は手洗い!

- \* トイレに行った後・調理する前
- \* 食品に触る前・食品を触った後



きん す おんど  
菌が好きな温度は10~60℃!!

- \* 食べ物は長時間室温に置いておかない
- \* 冷蔵庫の開閉は素早く行う

きれいに手を洗おう!!



### 食育クイズ

毎月旬の食材についてのクイズを載せていきます!

ぜひ家族で一緒に考えてみてくださいね!

今回は、たまねぎについてです。どんな料理にも使えて、価格も安定している万能食材ですよ!さて、みなさんが食べているのは、たまねぎのどの部分でしょうか?

- ① 花 ② 葉っぱ ③ 根っこ

答えは、裏面の一番下に、

詳細は学校内の食育掲示板でお知らせします。



かねつ めやす ど  
加熱する(目安は75℃で1分以上)

- \* 食中毒菌は、熱に弱い菌が多い
- \* しっかりと中まで加熱



保護者の皆様へ

たこは使わないよ！

家庭科より



# スペシャルたこ焼き



昨年度、高等部の調理実習では、「スペシャルたこ焼き」を作りました。なぜ「スペシャル」？かという、中身が「たこ」ではないからです。中身の具材は、みんなが好きで、比較的安価で手に入れやすい具材を考えて、「魚肉ソーセージ」「ちくわ」「チーズ」「コーン」にしました。今回は使用しませんでした、「もち」や「明太子」という案も出ましたよ。ぜひ御家庭でお試してください！

調理実習では、生徒たちが献立を決め、材料、作り方を話し合い、それぞれの係を決めて調理に取り組んでいます。もちろん、後片付けまで手際よく行います。みんなで取り組むことの喜び、食べることの楽しさを共有することで、将来の「生きる力」につながればと思います。

## 「スペシャルたこ焼き」



### ☆材料（70個分）

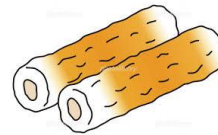
- ・たこ焼き粉 500g
- ・卵 1個
- ・水 800cc
- ・青のり 適量
- ・和風だし（粉末） 適量
- ・キャベツ 適量
- ・ネギ 適量
- ・具
  - （魚肉ソーセージ）
  - ちくわ
  - チーズ
  - コーン
- ・油
- ・たこ焼きソース
- ・マヨネーズ
- ・かつお節 など

### ☆作り方

① たこ焼き粉、卵、水、青のり、和風だしをボウルに入れ、泡だて器などで混ぜる。



④ 具（魚肉ソーセージ、ちくわ、チーズなど）を切る。



② キャベツとネギをみじん切りにする。



⑤ たこ焼き器に油をひき、具を入れて、③を流し、竹串で丸くなるように焼く。



③ ①の中に②を入れる。

⑥ たこ焼きソース、マヨネーズ、かつお節をかけて出来上がり！



できたては美味しいね！

食育クイズの答え：②葉っぱ 詳しいことは校内の掲示板を見てね。