

食のおたより

サポーターのみなさんへ



令和6年7月8日(月)

子どもたちが楽しみにしていたプール開きがあり、水泳学習が始まっています。じめじめした梅雨が長引きそうですが、暑さに負けないよう、多めの水分補給の用意と規則正しい生活へのご協力をお願いします。

給食に「シャキシャキ」サラダは出ない？

先月の食のおたよりでは、「給食の衛生管理」についてご紹介しましたが、大阪市の給食では、果物以外、生の食べ物は出ません。「きゅうりのサラダ」という南大立名のサラダも温度をとって(火を通して)います。そうするとシャキシャキ感は失われますが、それでもおいしく食べられるような工夫をしています。

工夫①

「少し厚めに、大きめに。」

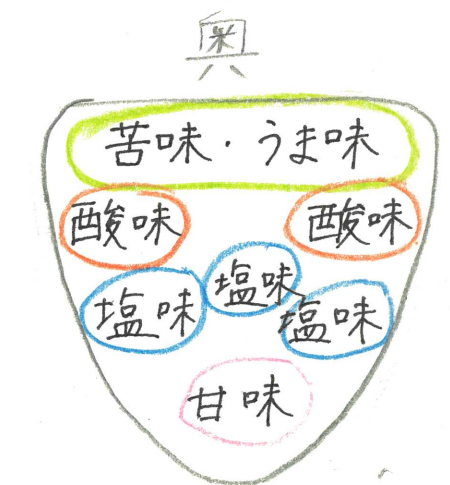
生で食べるよりも、少し厚めに大きめに切って食感を大切に使っています。

工夫②

「調味料も加熱し味をよくさせます。」
同じ温度のものは味がしみこみやすいので、きゅうりだけでなく、調味料も加熱し、「アツアツ」と「アツアツ」で味つけます。

「かむ」ってだいじ!!

魚の小骨やだんご
ういろうなど、よくかむ
必要のあるものも
あえて出しています。
「かむ」とだえきが出て
舌のすみずみまで味を
届け、感じやすくなります。



先
味の感じやすさ

お知らせ

- 7月の給食は 7/18(木)まで、
8月は 8/27(火)より始まります。
エプロン・ぼうし・マスク・
ハブラシなどのご用意を
お願いします。
- PTA 試食会は
10/16(水)または 10/17(木)です。
ご予約ください。