

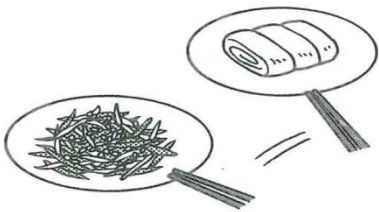
給食だより 2月

みなさんは、マナーを守って食事ができていますか？食事のマナーを考える事は、相手を思いやる事であり、楽しい食事につながります。はしや食器の持ち方、使い方、食事のマナーなど見直してみましょう。

覚えておこう！ きれいはし

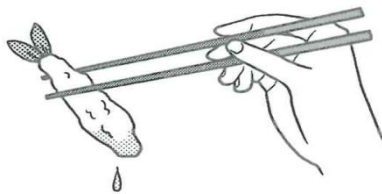
相手に不快な思いをさせてしまうはしづかいのことを、「きれいはし」と言います。やらないように気をつけましょう。

迷いはし



どれを食べるか迷って、料理の上ではしを動かすこと。

涙はし



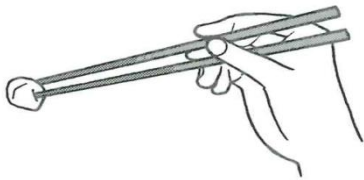
はしの先から汁をぽたぽたと落とすこと。

寄せはし



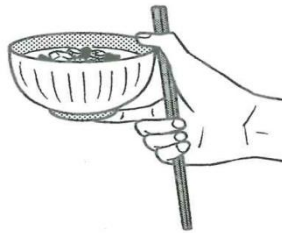
食器をはしで手前に引き寄せること。

刺しはし



料理をはしで突き刺して食べること。

持ちはし



はしを持ったまま、ほかの食器を持つこと。

はし渡し



はしとはしで、料理をやり取りすること。

手づくりみそ

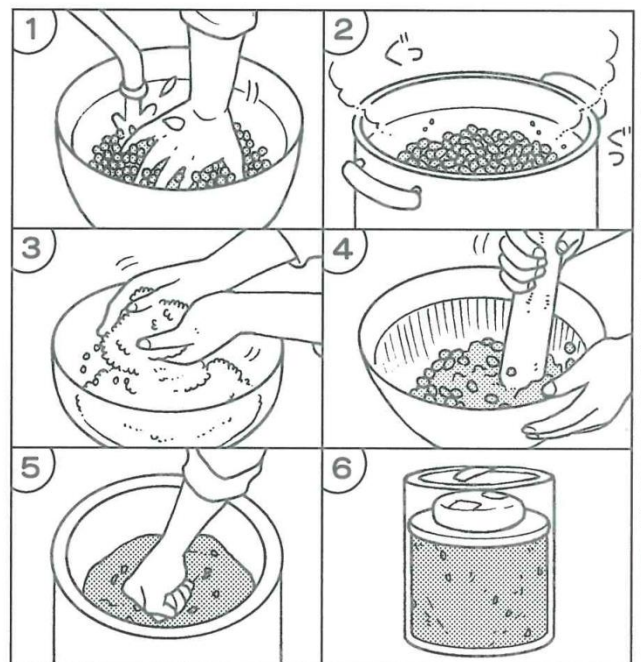
みそをつくって
みませんか？

【材料】(できあがり6kg)

・大豆(乾) 1.3 kg ・米こうじ 2.5 kg ・塩 720g

【作り方】

- ①大豆は洗って重量の3~4倍の水に12時間以上浸します。
- ②大豆が指で軽くつぶせるまで3~5時間ほどゆでます。
- ③米こうじをほぐして塩と混ぜます。
- ④大豆をすりこぎなどでつぶして③と混ぜます。
- ⑤空気が入らないように容器に詰めます。
- ⑥ラップフィルムをして、重しをのせ冷暗所に約6か月置きます。



※約二か月に一度みそを混ぜます。かびがはえてしまったら取り除きましょう。