

両手いっぱいの野菜を食べよう

形成となすのピリキャン

1人分 / 野菜量



・豚肉	
・桐岡なす	····· 120 g
・玉ねぎ	
・青ピーマン	20 g
・にんじん	
・にんにく	少々
・ごま油	小さじ1
「・いりごま	小さじ1
· 酒	
・こいくちしょうゆ ・	小さじ2
A · 酢 ·······	小さじ1/2
- 三温糖	大さじ1
・コチュジャン	

・赤だしみそ ………… 大さじ2

→ 作り方 ※※※※※

- ①玉ねぎ・青ピーマン・にんじんは千 切り、桐岡なすはいちょう切りに
- ②合わせ調味料Aを作っておく。
- 3鍋にごま油とにんにくを入れ、香 りが出たら、豚肉と①の野菜を炒 める。
- ④火が通ったら、合わせ調味料Aを 加え味を絡ませる。



※写真は9月14日の給食メニューです

ハサミで切り取って、レシピ集を作りましょう。- 🔀-

多久市学校給食センターのみなさん

ピリッと辛さを加え、しっかりと味をつけてます ので、ごはんがすすみます。

多久の伝統野菜「桐岡なす」を子ども達に伝え ていきたいという気持ちを込めて考えた献立です。



※多久市食育推進協議会委員が作るメニューを紹介しています

すくすくたくつチ

子どもさん(就学前)の登場を受け付けています!情報課広報広聴係(☎75-2280)までご連絡を♪

優大 〈ん(2歳) あさひ ちゃん(4歳)



いつもニコニコで元気いっぱいの原姉弟。あさひちゃんは 面倒見がよいお姉ちゃん♥好きな食べ物は和菓子で、きなこ 味には目がない様子。弟の優大くんは、家で音楽がかかると自 然に体が動き出すほど、ノリノリで歌ってダンスを踊ります♪

いつも笑顔のあさひと優大。元気いっぱいの明るい2人 は、家族みんなの宝物です。これからも2人仲良く、健や かに成長してね☆

(北多久町山犬原) パパ/優一郎さん ママ/あかねさん

くろいわ 涼太 〈ん(7歳) 楓士 くん(4歳)



兄弟2人ともサッカーとスイミングを頑張っています。 好き嫌いはない2人ですが、楓士くんは特にお肉が大好きです♥ 2人はポケモンが好きで、ゲームをしたり、ポケモンの人形でバトル して遊んでいますが、最近はスプラトゥーンにはまっています★

これからも元気いっぱいすくすく育ってね。

(北多久町浦山) パパ/隼史さん ママ/美由紀さん

(お詫びと訂正) 本誌8月号 (No.674) に掲載しておりました「すくすくたくっ子はいぽーず!」の記事において誤りがありました。 右側の本文内1行目「葉日希ちゃん」の名前は、正しくは「葉月希ちゃん」です。左記のように訂正し、ここに謹んでお詫び申し上げます。







[発行] 多久市 〒846-8501 佐賀県多久市北多久町大字小侍7-1 Tel. 75–2280 Fax. 75–2110 E-mail: koho@city.taku.lg.jp [ホームページ] https://www.city.taku.lg.jp/ 市報多久は多久市ホームページでもご覧いただけます。 [編集] 情報課 広報広聴係 [印刷]株式会社音成印刷 [発行日]平成29年10月1日

