

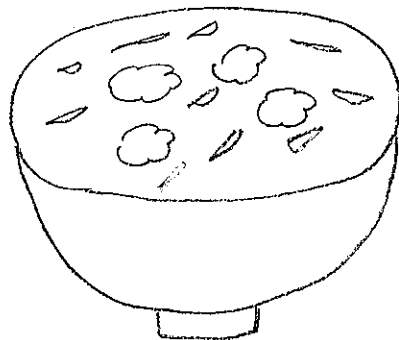
朝食のおかずのレシピを募集します



10月25日(日)の学校保健委員会で、「バランスのとれた食事」について考えました。学校では、「給食の残食を減らすためにできる工夫」の取り組みとして、**だまって準備と12時20分には「いただきます！」**を意識して行ってきました。準備が早くなり、食べる時間が確保され、その結果、残食が少しずつ減ってきました。

今回、家庭でできる取り組みとして、朝食のおかずのレシピを募集します。「**栄養バランスがよいこと**」「**早く簡単にできること**」がテーマです。ぜひ、広めたいおかずや紹介したいレシピがありましたら、教えてください。レシピは、保健だよりやホームページで紹介します。

図・写真



☆作り方☆

フーフーフーフー

- | | | | |
|------|----------|-----|------|
| 人参 | コンソメ | A { | 卵 |
| 玉ねぎ | 塩こしょう | | パン粉 |
| ベーコン | パセリ(あれば) | | 粉チーズ |

① 人参、玉ねぎ、ベーコンは千切りにし、コンソメ、塩こしょうでスーフーを作る

② Aを混ぜて、①に入れる。③ パセリをみじんにし、かける

1年1組 名前 中西海詞

募集締め切り 1月7日(月)