

おすすめ **学校給食レシピ**
 揚げ魚のニンニクバター醤油

監修 学校給食センター栄養教諭



今日は「揚げ魚のニンニクバター醤油」を紹介します。魚が苦手…という人も多いですが、このニンニクバター醤油タレがかかった魚は食べられるとの声を聞きます。給食ではアジやブリ・スズキの切り身に、このタレをかけて出しました。ご家庭でも、鮭・かじき・たらなど、手に入りやすい魚の切り身を使ってみてください。鶏肉でもOKです。さて、ニンニクといえは強い香りが特徴的ですが、ここで問題です。ニンニクの名前の由来になった言葉は、次のうちどれでしょう？ ①にんにょく ②にんにん ③にんたま…答えは①の「にんにょく」です。ニンニクという名前は、仏教の「忍辱」という言葉が由来になったという説があります。「忍辱」とは、健康を保ったり、体力を回復したりするために薬として、臭いを堪え忍んで食べるという意味です。ニンニクパワーで元気に過ごしましょう！

- 材料(4人分)**
- 切り身の魚 4切れ
 - 片栗粉 適量
 - 揚げ油 適量
 - しょうゆ 12g (小さじ2)
 - ニンニク 7g (一片・みじん切り)
 - みりん 6g (小さじ1)
 - 砂糖 6g (小さじ2)
 - 酒 5g (小さじ1)
 - バター 4g (小さじ1)
 - レモン果汁 2g (小さじ1/2)
- 【タレ】
- ※チューブニンニクの場合は3cmくらい

～作り方～

- ①切り身の魚に片栗粉をまぶし、油で揚げる。
- ②タレの材料を鍋に入れて沸騰させる(耐熱の器にタレの材料を入れて、レンジで沸騰するまで加熱してもOKです)。
- ③①の魚に②のタレをかけてできあがり！

問 学校給食センター ☎22-0741

梶田先生と振り返る思い出の一コマ

Vol.23

東松山市は高度経済成長期を中心に工業化が進み、昭和50年代以降は土地区画整理事業により新たな宅地が生み出され、人口の増加が続きました。その結果、松山第一小学校、松山中学校などで児童・生徒数が増加し、小・中学校の建設と既設校の改修工事が相次いで実施されました。

市の川小学校が開校する前の松山第一小学校は、全学年7クラス以上あったよ。



小・中学校の新設では、保護者や地域の協力のおかげで特色ある学校を作っていたんだ。

キャラクター紹介

市内の小・中学生に配布された学習漫画「漫画でわかる 梶田隆章先生とニュートリノ」のキャラクターたちです。

ニュートリノ三兄弟



エちゃん ミューちゃん タウっち

梨花(姉)



歩(弟)



梶田隆章先生



東松山市生まれ。東京大学宇宙線研究所教授。1998年にニュートリノ振動の発見を発表。2015年にノーベル物理学賞を受賞。

小・中学校の新設ラッシュ

1975(昭和50)-1985(昭和60)年頃



コアラ通信

鳥を探しに出掛けよう

新宿小学校



12月8日(木)、新宿小学校の5年生が環境学習の取組の一環として、市野川沿いで鳥の観察(バードウォッチング)を行いました。

学校の周辺を歩き、子どもたちは環境アドバイザーから双眼鏡の使い方や鳥の習性などの話を聞いて学びました。また、市野川の土手沿いへ行くと、ダイサギやカルガモなどの鳥を見つけることができました。子どもたちは「たくさんの種類の鳥を発見できてうれしかった」と笑顔で話してくれました。



ちょっとより道

唐子市民活動センター(下唐子)

唐子市民活動センターは、2012(平成24)年に施設を改築し、より良い環境で唐子地区の皆さんの活動の場として利用され、10年が経過しました。センター内には、大会議室、調理室、工作室、大広間、茶室、講座室などがあり、様々な趣味のサークルや団体が活動しています。またセンター主催の教室を毎年開催しており、今年度は、工作室で大人の銅板アート教室を行いました。

また、唐子地区ハートピアまちづくり協議会では、唐子地区内にある「桜のひろば」を活用したスナッグゴルフ大会や、駒形公園を会場に青壮年ソフトボール大会を開催し、地域住民の交流を図っています。



交通：東武東上線「東松山駅」東口から市内循環バス(唐子コース)で「唐子市民活動センター」下車
 所在地：下唐子1604番地4
 ☎22-0672 ☎22-0683
 開館時間 午前9時～午後9時30分
 休館日 年末年始(12月29日～1月3日)



銅板アート教室



スナッグゴルフ大会