

すきな たべもの  
おしえて



「すきな たべもの おしえて」

新井 洋行/作・絵 偕成社

くまさんに「すきな たべもの おしえてください」と聞かれたかわいい動物たちが、次々にすきな たべものをこたえます。みんなのすきな たべものはなにかな？  
ページをめくって答えのある楽しい絵本です。

やきいもとおにぎり



「やきいもとおにぎり」

みやにし たつや/作・絵 すずき出版

おおかみくんにおにぎりを取られて、ぶたくんが泣いています。ねずみくんにわけを話すと、ねずみくんはうさぎくんに、うさぎくんはさるくんに話します。すると、少しずつ話が変わってしまい…。

おはなし会のお知らせ

中央図書館

図書館まつりの中でおはなし会を開催します。

日時:11月4日(土)午前10時～  
5日(日)午前10時～

場所:1階児童室

読み手:4日 とんがりぼうしおはなし会  
5日 図書館司書

アップル♪バナナのえいごのおはなし会

日時:11月5日(日)午後2時～

場所:2階会議室

佐織図書館

さおりブックキャットクラブおはなし会

日時:11月12日(日)午前10時～

場所:佐織公民館2階 和室

就学相談のお知らせ

受付時間 午前9時～午後4時(土・日曜日、祝日を除く)

場所 学校教育課・就学先小学校

内容 愛西市教育委員会では、小学校へ入学するにあたり、お子さんの学校生活について、心配なことや相談したいことがある方の就学相談を随時行っています。



問 学校教育課 ☎(55)7136

ファミサポからのお知らせ

移動事務所 ～相談、新規の登録などにご利用を～

日にち

11/16(木) 佐屋児童館  
11/29(水) 西川端児童館  
12/6(水) 立田南部子育て支援センター

時間

午前11時～正午

※利用の予定のない方も安心のために事前に登録しておけば、いざという時もスムーズにサポートが受けられます。  
※依頼会員の登録は、母子健康手帳をお持ちください。

問 市ファミリー・サポート・センター ☎(31)6677 FAX(28)5505

わくわく 給食レシピ

鯖のきのこあんかけ

No.68



◆ご飯 ◆牛乳 ◆鯖のきのこあんかけ  
◆青菜のごま和え ◆豚汁



子ども達の様子、声

・魚が苦手だけど、きのこあんかけがかかっていたので食べやすかった。  
・ごはんと合う味で、ごはんをたくさん食べられた。

材料(小学生・4人分)

鯖(切身)……………40g×4切れ  
★酒……………小さじ1  
★塩・こしょう……………少々  
<あんかけ>  
えのきだけ……………20g  
しめじ……………10g  
☆しょうゆ……………小さじ1と1/2  
☆砂糖……………小さじ2  
☆みりん……………小さじ1/2  
☆水……………小さじ2  
片栗粉……………小さじ1/4

作り方

- 鯖に、★の調味料で下味をつける。
- えのきだけとしめじは、石づきを取り半分に切り、ほぐす。
- ①の鯖を魚焼きグリルで12分程度焼く。  
(焼き時間は鯖の厚みと調理器具によって調整してください)
- ②を炒め、☆の調味料を加え、最後に水で溶いた片栗粉を加え、きのこあんを作る。
- 焼き上がった鯖に④をかけて、完成です。

食育ポイント♪

・秋が旬のきのこを使ったあんかけを取り入れました。  
・魚にみそだれやレモンソースをかけてもおいしく食べられます。

(愛西市教職員会 栄養教諭部会)

