

6年西組 総合的な学習の時間

6西0円給食

商工会議所青年部からオファーがきたぞ!!

佐久市商工会議所青年部の方々から、商工会議所のイベントで「0円給食」の出店をやってみないかとオファーをいただきました。

そこで、3種類考案した給食レシピの内、給食として日の目を見なかった、リンゴの豚バラ巻を販売することにしました。

夏休み中だったので、有志の子どもと保護者の皆さんで、準備をし、限定数量を全て完売することができました。

販売をしながら、国語の時間に考えた、「0円レシピ」のチラシも配りました。



NHKからの取材も受けました。

“海の家、でB級グルメ販売”

お客さんが、いっぱい食べてくれて、うれしそうな顔をしてくれたので、よかったと思います。

知ってる人も来てくれたし、いろんな人が来てくれたので、うれしかったです。

結構、売れていると思います。

「佐久商工会議所青年部 6年西組一感謝の手紙」

皆さんの力を貸していただいて、このメニューを広めて下さい。

保護者のみなさん
ご自宅で作ってみて下さい。

児童・生徒のみなさん
給食の希望献立にして下さい。

料理のレシピの横にある、QRコードを読み取ると、クックパッド6西サイトへ移動し、詳しいレシピが見られます。



- 1、りんごをくし切りにして、半分は変色防止のため塩水につけておく。
- 2、生姜をおろし、しょうゆ、砂糖、酒を加えて、よくかき混ぜる。
- 3、豚バラスライス肉の上におにぎり用のり、半分に切ったスライスチーズ、くし切りにしたりんごの順にのせて、ぎゅぐゅく。
- 4、フライパンにオリーブオイルを入れ、3で巻いた豚巻きを入れる。中火で下の部分が少し焦げるまで焼く。
- 5、ひっくり返して、2で作ったタレをかけ、豚巻きをよくからませて、できあがり!!



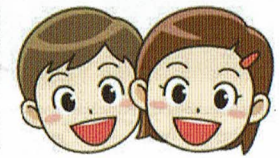
- 1、材料を水洗いし、キュウリはななめ切りに、トマトは半分かくし切りにする。レタスは、食べやすい大きさにちぎる。
- 2、りんごを3mm位の幅でいちょう切りにする。
- 3、1で切った野菜、2で切ったりんごをボウルにいれ、マヨネーズ、塩、コショウを加えて、葉巻などで混ぜる。(葉巻などで混ぜるのが難しい場合は、ジップロックなどに入れてシャカシャカすると簡単に混ぜることができます。)
- 4、お皿に盛り付けて、できあがり!!



飲食店を経営されている方
お店のメニューにして下さい。



- 1、フライパンにオリーブオイルとチューブにんにく、しょうゆを入れ、香りをつけ、一口大に切った鶏肉を焼く目がつく位焼く。
- 2、ジャガイモ、タマネギ、リンゴを切り、ジャガイモは5〜6分電子レンジで加熱し、ホクホクさせる。
- 3、ナベに2と焼いた鶏肉、カットトマト缶、水、溶かしたコンソメキューブを入れて、様子を見ながら520〜30分煮込む。
- 4、煮込んでいる途中で、塩、コショウを加え、粉チーズを入れながら味を調える。
- 5、くつくつしたらできあがり!!



このB級グルメを店舗で扱ってみたいと考えて下さる方は、こちらのQRコードを読み取っていただき、メールにて、お問い合わせ下さい。メールは、佐久商工会議所青年部様へ送られます。