

家でも作って!

# 芳賀町の給食 vol.5 芳賀北小学校

この日の献立  
揚げパン・スペインふうオムレツ・春雨サラダ・  
コーンスープ・りんごシャーベット・牛乳



◆材料 4人分  
緑豆春雨…20g  
キャベツ…45g (葉2枚)  
きゅうり…40g (1/2本)  
人参…20g (1/4本)  
もやし…40g  
市販の中華  
ドレッシング…40g

◆作り方  
①緑豆春雨をお湯でもどし、流水でぬめりをとり、冷まして食べやすい大きさに切る。  
②キャベツ・人参を千切りにして、さっとゆがく。  
③もやしはさっとゆがいて、冷ます。  
④きゅうりは塩もみをして、水気をとる。  
⑤②③④を軽くしぼり混ぜる。  
⑥①にドレッシングの半分を混ぜ、味をなじませる。  
⑦残りのドレッシングに⑤を混ぜ⑥を加える。  
※お好みで、溶いたからし・豆板醤を加えてもよい。  
⑧盛り付ける。

笑顔がはじける  
おいしいサラダ  
春雨サラダ

◆1人分の栄養価  
◎エネルギー…63kcal  
◎たんぱく質…0.7g  
◎脂質…3.6g  
◎塩分…0.4g



さすが児童のリクエストNo.1の春雨サラダ。太めの春雨ときゅうり、キャベツの歯ごたえが絶妙。酸味が食欲をそそります。

情報広報係長



## 新着資料

### 一般書

- ◎その暁のぬるさ 鹿島田 真希
- ◎はかぼんさん さだ まさし
- ◎解 堂場 瞬一
- ◎人生が用意するもの 川上 未映子
- ◎あのころのデパート 長野 まゆみ

### 児童書

- ◎空中トライアングル 草野 たき
- ◎おかあさんの手 まはら 三桃
- ◎りんご畑の12か月 松本 猛文
- ◎リックとさまよえる幽霊たち エヴァ・イボットソン
- ◎リンゴのたび デボラ・ホブキンソン

そのほか多数入荷しています。ぜひご利用ください。

10月の休館日  
1・9・15・22・29・31日  
☎総合情報館【☎028(677)2525】

ソロンンの偽証 第1部 事件  
著 宮部 みゆき  
(新潮社)



今月の1冊

がっこうにんじやえびてんくん  
著 村上 しいこ  
絵 真珠 まりこ  
(岩崎書店)



※TRC週刊全点案内より転載

## 芳賀町総合情報館 知恵の環館だより

### わが町ミニ知識④ —地名の由来— 〈南高根沢〉

明治22年、町村制が施行され南高根沢村が誕生しました。芳賀町から高根沢町にかけて、南北に宝積寺台地が延び、その東側には、五行川低地(沖積低地)が広がります。高根沢の「高(タカ)」、根(ネ)は、宝積寺台地である高台の根元(下の方)を意味し、「沢(サワ)」は沖積低地を流れる川・沢を示していると考えられます。

001  
3213390

芳賀町祖母井1020番地

## 芳賀町企画課情報広報係 「あなたの声を聞かせてね」コーナー

行先



(山折り)

(山折り)

※町への要望などで回答を求める場合は、住所・氏名などの連絡先をご記入ください。広報紙面への氏名掲載を望まない場合は、ペンネーム欄にご記入ください。

氏名	年齢
住所	
電話番号	
ペンネーム	※こちらにご記入の場合、掲載はペンネームを使用させていただきます