

レシピはこちらからもご覧いただけます▶



カルシウムたっぷり野菜もたくさんとれて大豆からたんぱく質もとれます。令和元年度の応募献立の入賞作品です。

### POINT!

しらすからうまみと塩分も出るので、塩こうじのみの味つけでも十分おいしいです。給食では薄口しょうゆを足しました。

### 材料(4人分)

しらす……………30~50g	にんにく……………1かけ
じゃがいも……………小1個	オリーブオイル……………小さじ1
にんじん……………1/2本	塩こうじ……………適量
ブロッコリー……………適量	酒または白ワイン……………大さじ1
玉ねぎ……………小1個	水……………800cc
キャベツ……………1枚	
蒸し大豆……………1袋	

## 旬のレシピ

給食で大人気!

### 作り方



- 1 にんにくはみじんぎり、野菜は小さく切る。
- 2 鍋にオリーブオイル、にんにくを入れて熱し、しらすを炒める。
- 3 野菜を入れて酒またはワインを入れる。
- 4 水を入れて、弱火で煮込む。
- 5 大豆を入れ、塩こうじで味を整える。(こしょうをいれてもいいです。)



## 今月のPICKUP

### 《一般向け》

『半藤一利語りつくした戦争と平和』 保阪正康 監修  
『「命」の相談室』 ゴルゴ松本 著  
『丘の上の賢人』 原田マハ 著

『明く自分らしく』 岩淵真奈 著  
『子どもの脳と心がぐんぐん育つ絵本の読み方選び方』 仲宗根敦子 著

### 《児童書・絵本》

『ポケモンのしま』 ザ・キャビンカンパニー 作  
『まっしょうめん』 あさだりん 作  
『ぬいぐるみ犬探偵 リーバーの冒険』 鈴木りん 作

『おめんです3』 いしかわこうじ 作  
『おんがくかいのよる』 たしろちさと 作

4月の休館日  
毎週火曜日と25日(月)  
※新型コロナウイルス感染症の状況によって、変更する場合があります。

図書館行事  
《おはなし会》  
とき 4月2日、16日、23日、30日(土)  
午後2時30分~3時  
ところ 図書館内おはなしコーナー  
内容 絵本などの読み聞かせ  
定員 3組(1組3人まで)  
《お楽しみ会》  
とき 4月9日(土)  
午後2時30分~3時30分  
ところ 町民会館3階視聴覚室  
内容 読み聞かせなど  
定員 7組(1組3人まで)  
※予約制となります。詳しくは図書館窓口までお問い合わせください。

### 新着図書

《一般向け》  
『丘の上の賢人』 原田マハ 著  
『「命」の相談室』 ゴルゴ松本 著  
『半藤一利語りつくした戦争と平和』 保阪正康 監修  
『子どもの脳と心がぐんぐん育つ絵本の読み方選び方』 仲宗根敦子 著  
『明く自分らしく』 岩淵真奈 著  
《児童書・絵本》  
『ぬいぐるみ犬探偵リーバーの冒険』 鈴木りん 作  
『まっしょうめん!』 あさだりん 作  
『ポケモンのしま』 ザ・キャビンカンパニー 作  
『おんがくかいのよる』 たしろちさと 作  
『おめんです3』 いしかわこうじ 作

# 図書館だより

◎お問い合わせ  
町立図書館(町民会館内)  
☎0561・382900