

カンタンにできちゃう
メニューを紹介!

わたしもコックさん 160

TODAY'S MENU

あじの野菜あんかけ

ingredients

材料 (4人分) ※分量は目安です

あじ (3枚おろし)	4枚	炒め油	適宜	} A
打ち粉 (でんぷん)	適宜	しょうゆ	大さじ2	
揚げ油	適量	砂糖	小さじ1	
にんじん	中 1/4本	酢	大さじ1	
たまねぎ	中 1/2本	でんぷん	大さじ3	
ピーマン	1/2個	水	適宜	
パプリカ (赤)	1/4個			



苦手な人が多いピーマンやパプリカですが、あんかけにすると苦味がなく、食べやすくなります。

今月の
コックさんは

令和元年度応募献立
北里中学校 佐子 茜さん

※学校給食用にアレンジしました。

HOW TO MAKE
作り方

- 1 にんじん・ピーマン・パプリカは千切りにする。たまねぎは半分に切り、薄切りにする。
- 2 あじは打ち粉 (でんぷん) を付け、余分な粉は落としておく。

- 3 鍋に油を入れて 180 度に熱し、あじを入れて揚げる。
- 4 フライパンに油を入れ、にんじん、たまねぎ、ピーマン、パプリカを加えて炒め、混ぜ合わせておいた A を全体にからませる。
- 5 揚げたあじを皿に盛り付け、上から 4 をかける。

問合せ先 学校給食課 (南部学校給食センター) (☎ 42 - 0363)

エコリンからののお知らせ

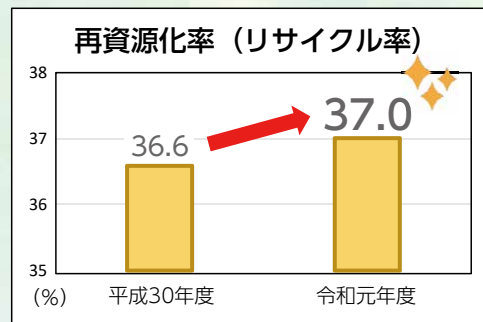
問合せ先 ごみ政策課 (☎ 76 - 1187)

① 令和元年度ごみの再資源化率 (リサイクル率) について

皆さんが排出したごみのうち、令和元年度は 37.0% (暫定値) が再び資源として再生利用されました。

しかしながら、燃やすごみの中には減量できる生ごみや、資源化できる紙類や枝類がまだまだ混入しています。

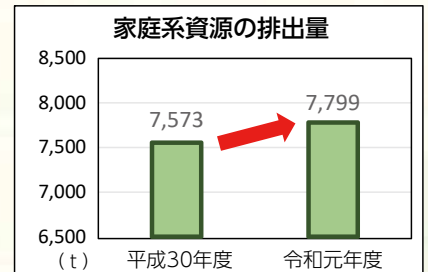
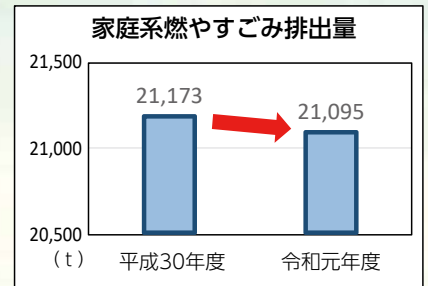
限りある資源を大切にするため、今後もごみの減量や分別にご協力をお願いします。



県内で小牧市は、平成28年度から3年連続でリサイクル率がNo.1だったよ!



小牧市環境キャラクター「エコリン」



② お盆期間中のごみの持ち込みについて

お盆の時期は、小牧岩倉エコルセンターや資源回収ステーションへの持ち込みの混雑が予想されます。

集積場へごみを出すなどあらかじめ計画的にごみを処理するようにしてください。

混み合う時間帯には渋滞が発生し、通常より時間がかかる可能性もありますので、時間に余裕を持ってお越しください。ご理解とご協力をお願いします。

【持ち込み場所と持ち込みできるもの】

- ・小牧岩倉エコルセンター (☎ 79 - 1211) (有料) …燃やすごみ、破碎ごみ、粗大ごみ
- ・資源回収ステーション (無料) …資源

