

1, 管理棟前の机から 青いかご（自分の班の番号）を持ってこよう。



＜かごの中に入っているもの＞
 ○まな板×2 ○包丁×2
 ○ピーラー×2 ○しゃもじ×2
 ○ずんどうなべ ○ボウル ○ザル
 ○お玉 ○お玉置き用小皿

2, 調理台またはテーブルに野菜を切るための道具を出そう。



ポイント

使わないものは青いかごにしまって、作業スペースを広く使おう。

3, 野菜を切ってなべに入れよう。

① 野菜を切る。じゃがいもは洗ってから切る。



乱切り



うす切り



いちよう切り

※包丁やピーラーで「め」をとる

注意

指を切らないようにそえる手の指を丸めます。



② 切り終わった野菜をザルに入れて水で洗う。

③ 野菜をすべてなべに入れる。

④ 肉は切っているのでもそのままなべに入れる。

ポイント

具が大きすぎると火が通りにくいよ。

4, 具を煮よう。

① 具がひたひた（具材がかくれる程度）になるまで水を入れる。5人で1リットルくらいが目安。



ポイント

必ず水の量を職員にチェックしてもらおう。

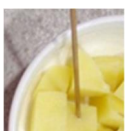
② フタをして火にかける。



ポイント

具を煮ている間に洗い物をすすめよう。洗ったものは、ふきんでふいて青いかごに戻すよ。

③ 具材が煮えてきたと思ったら、お玉でジャガイモをすくい、竹串を刺してゆで加減を確認する。



ポイント

ジャガイモに竹串がスッと刺さったら OK。
 竹串は片づけのときにも使うので捨てないでね。

5, ルウを入れよう。

① ルウを入れて素早くよく混ぜる。

注意

大人になべを近くに移動してもらおう。
ビニール袋がなべにつかないようにしよう。

② 必要に応じて水を足し、味や固さの調整をする。

③ 調整できたら再び火にかけて温め、焦げないように混ぜる。

注意

危ないので**必ず1人**で運びます。

6, 盛りつけよう。

① 調理台になべしき（木の板）を敷く。

② なべを運ぶ。班の人に軍手を借りて二重にして、
周りにいるひとに「カレー通ります！」と声かけながら気をつけて運ぶ。

③ なべしき（木の板）の上になべを置く。

④ カレーを盛りつける。



なべしき

⑤ 空になったなべは、カレーがかわいて固まる前に、
水で軽く洗って、水を入れておく。

ポイント

中をゆすいで水を捨てる時は必ず、三角コーナー
に捨ててね。そのまま流すと排水こうに野菜がつま
っちゃうよ。

7, 片付けをしよう。

① すず落とし用のスポンジに粉クレンザーをつける。

② はんごう外側を磨く。取っ手や金具も磨く。

③ はんごう内側を洗う。とりづらい汚れは竹串を使う。

④ 磨き終わったらはんごうをふきんでふいて乾かす。（ふきんにすずが付いたらもう一度洗う）

⑤ 「なべ」と「はんごう」以外はネットスポンジと液体洗剤で洗う。

⑥ 洗い終わったら先生にチェックしてもらおう。

⑦ 管理棟で職員にチェックをしてもらおう。合格したら食器庫に片付ける。

ポイント

粉クレンザーは水で流れてしまうのでよく水を
切ろう。

ポイント

- ・なべの内側にカレーの跡が残っていないか
- ・「とって」の部分や細かいところにすずが残っていないか
- ・なべとふたの裏の「ふち」にすずが残っていないか



⑧ 炊飯棟のものをすべて管理棟に運ぶ。三角コーナーとハンドソープは残す（生ごみは残さない）

⑨ 調理台下、かまど周辺、流し、テーブル下を清掃・確認する。

⑩ 最後に職員に炊飯棟チェックをしてもらおう。