



海外华裔青少年“中国寻根之旅”夏令营

——山东淄博营员募集中

由国务院侨务办公室主办、山东省侨务办公室承办的“中国寻根之旅”夏令营——山东淄博营定于2016-07-24开营，2016-08-5闭营。该营只给我们瑞华中文学学校20个名额（包括领队），故有兴趣的家长或同学们报名请从速，额满为止。营员年龄要求：12周岁-23周岁。报名成功的学生应交报名费（non-refundable）：

瑞华中文学学校中文课程学生 - \$55

其他学生 - \$75

活动安排大致有：体验中华文化、学习中华才艺、参观风景名胜、中外学生联欢等等。详情请见瑞华中文学学校网站首页：

www.raychineseschool.org

请下载报名表（camperInfo, forCamper, forParent, RCS_Waive_Letter），填写好后发送到校委相红旗的信箱里：

still-lq@raychineseschool.org

北京烤鸭

七年级 张佳佳

我最喜欢吃的一道中国菜是北京烤鸭。提起吃北京烤鸭，我就直流口水。我八岁的时候，我的妈妈带我和两个哥哥去北京玩儿。妈妈的朋友请我们去一家“北京大董烤鸭店”吃烤鸭。烤鸭上桌子前，我看着肥瘦相间的鸭肉片，我的肚子就咕噜咕噜叫起来。妈妈给我把鸭肉，葱段，黄瓜条，和甜面酱放在荷叶饼上，然后卷起来。我吃在口里，哪个味道太棒了！

今年夏天回中国，我们住在清华大学的老舅和老舅妈家，他们请我去清华大学的学生饭店吃饭，又吃到了我最喜欢的北京烤鸭！北京烤鸭真的是我最喜欢吃的中国菜。

指导老师 史力红

牛肉卷饼

七年级 阙若怡

我最喜欢吃的一道中国菜是牛肉卷饼。牛肉卷饼使用面粉和水还在一起，发起来以后，切成薄薄的小块。在薄薄的小块里涂一点韩式辣酱和甜面酱，放上几根葱，黄瓜条和牛肉片。卷好之后，蒸熟，就可以吃了。我家附近有一家中国餐馆，叫麻婆小馆。那里的四川菜很好吃。我最喜欢他家的牛肉卷饼，因为皮脆脆的，里面的牛肉细嫩，菜又好吃。我每次去麻婆小馆吃饭，我都要点上一份牛肉卷饼吃。

指导老师 史力红

苜蓿

七年级 杜安冬

我最喜欢吃的中国菜是西红柿炒鸡蛋。这道菜是中国人发明的。西方人一开始西红柿是生吃的，后来做成西红柿酱。中国人发现西红柿炒了味道很好。鸡蛋炒西红柿就是以前的木须肉，而木须肉就是一道明代的菜。“木须”应该是“苜蓿”，炒出来像鸡蛋花，就变成了西红柿炒鸡蛋。这道菜炒出来颜色鲜艳，有红色、黄色，味道甜中带酸，有一点咸味，很鲜美。它的营养很丰富，鸡蛋能给我们提供人体易于吸收的蛋白质，西红柿富含维生素C和番茄红素，而且制作简单。因此，我很喜欢西红柿炒鸡蛋这道菜。

指导老师 史力红

宫保鸡丁

七年级 迟瓦瓦

我最喜欢吃的中国菜是宫保鸡丁。这是一道闻名中外的川菜。这道菜的起源与鲁菜中的酱爆鸡丁，和贵州菜的胡辣子鸡丁有关，后来被清朝山东巡抚、四川总督丁宝桢改良发扬，形成了一道新菜——宫保鸡丁，并流传到了现在。

宫保鸡丁是用鸡胸脯肉为主料，加上花生米、黄瓜丁、辣椒丁等辅料翻炒而成。红而不辣，具有鲜嫩、微辣、脆香的特点。

我妈妈一般用鸡腿肉炒这个菜，里面多加一点笋丁，特别的好吃。因为我爱吃甜的和辣的，这道菜把它们放在了一起，所以我特别爱吃。

指导老师 史力红

瑞华联欢会筹备

一年一度的瑞华中文学学校新春联欢会也将在开学后不久的2月20日举行，所以请有意参加表演的老师、同学和家长们早做准备，尽早将节目单及伴奏音乐链接发到以下邮箱：

newsletter@rychineseschool.org

开学后所剩筹备时间只有一个月，所以请大家在假期就要曲不离口、拳不离手了。跳舞的朋友也要坚持练功、严格监控体重哦！

教师园地和家长园地征稿启事

新学期开始了，请各位老师和家长继续为瑞华校刊《教师园地》和《家长园地》供稿，内容可以是分享心得体会及教学经验，也可以是对瑞华献计献策，也可以是您在瑞华的见闻。请将稿件发送至：newsletter@raychineseschool.org信箱。

编者按：“我最喜欢的中国菜”是七年级史力红老师班上的作文主题。很多同学不但写了菜的特点，而且写了菜的来历和烹调方法。看了孩子们的作文，您是不是饿了呢？

东坡肉

七年级 刘亚文

我最喜欢吃的一道中国菜是东坡肉。传说这个菜是苏东坡发明的。苏东坡在杭州做官的时候，带领老百姓治理西湖，受到了大家的喜欢。在过年的时候，老百姓送给苏东坡很多猪肉，表示感谢。苏东坡把这些肉作成了东坡肉分给老百姓。老百姓都很喜欢吃。于是就变成了一个很有名的菜。东坡肉使用五花肉做成的。这个肉有一个酱色，味道又香又甜。闻起来也是很香。我非常喜欢这道菜！每一次去餐馆让妈妈要这道菜。

指导老师 史力红

面条

傅骏成

我最喜欢的中国饭是什么呢？是中国的面条。我喜欢吃面条，因为它味道很不错，面条、肉和菜放在一起的味道更好。面条有的是白色的、扁平的、厚厚的、有的是透明的。面条的味道各有不同，但都不错，有辣的，有甜的。中国面条世界闻名，面条是长长的，我们吃面条希望有一个长长的寿命。这就是为什么我们在生日时会吃长寿面。吃面条还能让我更熟练地用筷子。有谁会不喜欢面条呢？

指导老师 史力红

红烧肉

七年级 Jessica Pei

红烧肉是我最爱吃的一道中国菜。人们也称它为“东坡肉”。宋朝诗人苏东坡曾作诗介绍他的烹调经验是：“慢着火，少著水，火候足时它自美。”

红烧肉是由五花猪肉为主料，就是那种一层肥的一层瘦的肉。放的调料为盐，冰糖，葱段，姜片，料酒和酱油。它的特点为颜色红，味道鲜美，肥而不腻，香甜可口。每次我都能吃好几块。我喜欢红烧肉跟面条配上，也喜欢拿来炒饭吃，更喜欢卷面饼吃。

无论是早饭，中饭还是晚饭红烧肉都是一道好吃而美味的菜。

指导老师 史力红

苦瓜

七年级 骆佳莹

我最喜欢吃的一道中国菜是牛肉炒苦瓜。有很多人不喜欢苦瓜。我也不喜欢苦瓜，但如果苦瓜跟一种有味道的菜一起炒，我就很喜欢苦瓜。牛肉很咸，然后苦瓜又苦，两个放在一起真的很好吃。这道菜是广州菜。因为我爸爸是广州人，他炒的牛肉炒苦瓜非常好吃。他把油放在锅上等到油很热了，再把大蒜放到锅里，等大蒜变成黄色，他就把煮过的苦瓜放进锅里，然后放一点鸡汤，等汤滚了，再放黑豆酱、麻油、糖、蚝油、生粉，最后把炒过的牛肉放进锅里面。每一次这道菜出来，都非常好吃。

指导老师 史力红

校委家长值班表 周六 (上午 10: 00 到 11: 50)		
Room	2016/1/9	2016/1/16
校委	全体校委	王蕾
前台打铃	陆艺	张方
复印	张方	邱芸
101	Yan, Dan	Zhang, Rongrong
104	Copeland, Ling 袁玲杨	Yang, Jill
115	jiang, yuanyuan	Li, Fang 李昉
118	Yuan, Bo 袁勃	Zhao, Jiyong 赵际勇
128	Gu, Grant 顾全	Shi, Xiangbin
131	Chang, Amy	Hu, Josephine 何洁慧
142	HUANG, Heqing 黄荷清	Deng, Anita 邓惠清
Wood Gym	Fang, Lu	Guan, Bei Bei Guan
Stage	Li, Qiaoying 李巧英	Wu, Eric

周六 (下午 12: 50 到 4: 50)		
校委	全体校委	孟凡勇, 唐英隽
交通管制	刘亦未	刘善银
前台	金玲	席密
打铃	高云霄	唐莉
复印	章佼	龚玲玢
101	Shao, Chen	Wu, Jiajia 吴佳佳
103	Gao, Yan	Yeh, Ling 葉姿伶
104	wu, dongsheng	Liu, Hongmei
105	Zhang, Qiong	Hu, Min
106	Liu, Wenjun	wang, xiaorong 王晓蓉
107	Wan, Pengjun 万鹏俊	Weijie Wang
114	Wang, Mingshu	SHEN, IVY 沈瑗薇
115	Cai, Xiaoyuan	Chen, Peidong
116	Liu, Yue	Plasil, Yan 李雁
117	Lin, Nicole 林娟	Eness, Joanne
118	Zou, Hongwei	Yang, Yi 杨奕
128	Zheng, Xiaomei 郑晓玫	Ji, Jerry Ji Rongjie
131	Luo, Jie	Wang, Yujie
133	Ding, William	Huang, Yihui
134	Lu, Lanxiu Lanxiu Lu	Ye, Megan
135	Linyi Zhang	Lu, Shiyong 吕世勇
141	Zhang, Hong	Bai, Shirley
142	Yu, John	Yang, Yi 杨一
143	Wu, Anderson 吴华威	Shen, Sharon 沈初娴
144	Dang, Xiaojun 党晓军	Tang, Li 唐莉
140C	Tan, Alan	Shu, Jane 舒展
142A	Liu, Linda R.	Mei, Tao
Multi-Room	Huang, Xinling 黄新玲	Zhao, Lingzhi 赵玲芝
N Hallway	Liu, Xiaokun	Wang, Min 王敏
S Hallway	He, Adeline	Wang, Zhiqian 王芝芊
Stage area	Huang, Yan	Liu, Caihui 彩惠

周日 (下午 12:50-4:50)		
Room	2016/1/10	2016/1/17
校委	艾俊梅 及其他校委	艾俊梅
交通管制	苑守中	刘建军
前台/打铃	刘建军	缪敏
130	ruan, jiali	Sun, Shaoyun
132	qin, ye 秦焯	Sheng, Josephine Sheng Yu
133	Fang, Christine	Sun, Menghua 孙梦华
144	Lin, Sabina	Chen, John 陈峥
142A	Shi, Cen	Wu, Di 吴迪
201	Huang, Yuming 黄玉明	Xu, Liangji

佳佳地毯地板橱柜公司 电话: (630) 995-1407
 郑冰 Email: jiajiaflooring@gmail.com
 地址: 5401 Patton Drive, Suite 106 Lisle, IL 60532
 我们是西郊橱柜批发商, 价格为行业最低。同时销售美国产地毯, 地板, 瓷砖等优质地上产品。拥有 10 年以上安装经验的专业安装团队。我们承诺同行业最低价格, 最好产品, 最优服务。
 Sale: 部分橱柜清仓促销。地毯 \$1.69/sf 起, 价格包括所有材料和人工; 实木地板安装 1.6/sf; 实木地板打磨上色油漆 1.6/sf。

朱迎春 口腔医学博士, 芝加哥西郊客户满意率最高的华人牙医。
Integrity Dental: 276 South Weber Rd. Bolingbrook, IL
Phone: (630) 312-8280. 周一至周六门诊; * **Special offer (\$69.00 for the 1st visit including exam, X-ray and regular cleaning.) for new patients without insurance.**
 科罗拉多大学牙医博士, 首都医科大学牙医学士, 口腔正畸硕士。精治 一般牙科, 补牙, 洗牙, 拔牙, 镶牙, 牙冠牙桥, 根管治疗, 活动和固 定假牙, 种植牙, 牙周病, 修补假牙, 牙科急症, 牙齿美容, 高科技牙 齿漂白, 接受各种 PPO 牙科保险和 All Kids 保险。

杨思军医生 毕业于 UIC 和上海医大, 20 多年临床工作经验。两处诊所分别位于 Naperville 和 Bolingbrook。各种内外妇科、小孩或学生体检, Physical Therapy, 诊痛, 接受各种保健。新病人减免费用。每周门诊周一到周六。
 Naperville 诊所(新地址) 电话: 630-778-8571 630-778-8572
 地址: 1260 Iroquois Ave, Bldg 300, Ste 302, Naperville 60563
 Bolingbrook 诊所 电话: 630-759-0088 630-759-4505
 地址: 454 W Boughton Rd, Ste C, Bolingbrook, IL 60440.

王昕正畸专科, 博士, DDS, MS, PhD, Cert of Ortho
 牙矫正及牙种植中心 电邮: winsmiledr@gmail.com
 原华西医大正畸科副主任, 副教授, 硕导。UIC 正畸专科。30 年经验。擅长矫治各类牙颌畸形及疑难杂症。中心另有资深牙医精于补牙, 拔牙, 牙冠桥, 牙种植, 牙齿美白。接受 PPO 和 All kids 牙保险。无保险病人牙矫正优惠 \$300。欢迎免费咨询。
 地址 1: 633 S Rout 59 St, Aurora, IL 60504 电话: 630-536-8028
 地址 2: 16636 107th Orland Park, IL 60467 电话: 708-800-603

陈远医师除痛中心 (1205 Oak Street, North Aurora, IL 60542.
www.toppaincenter.com (P) 630-8099707 (F) 630-3880706)
 陈远医师毕业于美国西北大学, 是一位专科除痛学专家, 20 余年临床经验, 主治各种急慢性疼痛, 如三叉神经痛、偏头痛、肩周炎、颈椎病、腰椎病、老年性骨关节病、带状疱疹及疱疹后神经疼痛, 癌症晚期痛、长期的术后痛等。本中心利用先进的微创或微创及中西医结合的治疗手段为患者提供全身心的医治, 帮助患者及家人解除病痛, 恢复自信, 自力的生活。本中心接受各类医疗保健。

Rocket Ice Arena- Your premier ice skating destination!
 Rocket Ice offers the best Learn Skate lessons and Learn to Play Hockey classes in the Southwest Suburbs. Our highly qualified skating instructors are dedicated to make sure your child maximizes their skating potential. We offer classes throughout the year. For more information, check out: www.rocketice.com Email: events@rocketice.com; Bolingbrook, IL 60440 Tel: 630-679-1700



TRANE

It's Hard To Stop A Trane

专业冷暖气维修安装公司

华人独家代理美国品牌 TRANE。我们使用高端测试和校正仪器维修和安装所有品牌冷暖气机。

510 E. Armitage Ave.
 Addison, IL 60101
 电话: 630-484-8832
www.shenservice.com


