

きゅうしょくしつ 給食室だより

令和 7 年 10 月 21 日

今日の給食は、鶏塩うどん、牛乳、秋のかき揚げ、みかんです。うどんのだしは、厚けずりで取ることが多いですが、今日のだしは鶏がらで取っています。鶏もも肉と小松菜を使用し、ごま油で風味をつけました。小松菜は、新座市内の鈴木農園さんで収穫された新鮮なものを使用しています。

秋のかき揚げは、秋が旬のさつまいもと、カルシウム豊富なちりめんじゃこを入れました。

そして、今日のみかんは皮が緑色の部分があるかもしれません。みかんの出荷は 10 月頃から始まり、3 月頃まで出回ります。このうち、今の時期に出荷されるみかんを“早生みかん”といい、皮が緑色の部分があるのが特徴です。ぜひ味わってみてくださいね。

今日もしっかり食べて、丈夫な体をつくりましょう。



ていねいに洗います



最後に小松菜を加えます

かわいい
形で