

きゅうしょくしつ

給食室だより

令和7年5月27日

きょう きゅうしょく こまつな はん きゅうにゅう
今日の給食は小松菜とじゃこのご飯、牛乳、ほっけのフ
イ、豚汁です。

きょう にいざし たかはしのうえん とど しんせん
今日は、新座市の高橋農園さんから届けていただいた新鮮な
こまつな ごはん にまぜました。カルシウムが豊富なちりめんじ
ゃこも入っています。

きょう さかな いちねんじゅう
そして、今日のフライは“ほっけ”という魚です。一年中
とれる魚ですが、脂がのっておいしい旬は5月頃から7月
頃と言われています。

とんじる すずきのうえん だいこんいがい
豚汁には鈴木農園さんの大根以外に、ごぼう、にんじん、じ
ゃがいも、こんにゃく、とうふ、なが 長ねぎなどたくさんの具材を
入れ、具たくさんに仕上げました。

きょう た げんき まいにち す
今日もしっかり食べて、元気な毎日を過ごしましょう！

こまつな とんじる
小松菜とじゃこのご飯



こまつな とんじる
小松菜をゆでて冷やします

とんじる
豚汁



ほっけのフライ



ほっけに
パン粉をつけ
揚げます



ごはん
ご飯を炊きます



ごはん こまつな
ご飯に小松菜、じゃこをまぜます

