

きゅうしょくしつ 給食室だより

令和5年9月21日

今日の給食は、ネギ塩ラーメン、牛乳、スパイシーポテト、きゅうりのごま醤油和えです。

ネギ塩ラーメンはとりがらと豚骨からとったスープに、長ネギを始めとした色々な食材を加え、主に塩で味つけして作りました。長ネギ特有の香りや辛味成分には、食欲を増したり、疲れをとるはたらきがあるそうです。残暑が厳しい季節にもぴったりの献立ですね。

スパイシーポテトは、じゃがいもを食べやすく切ったあと、油で揚げ、塩とチリパウダーなどのスパイスで味つけして作りました。じゃがいもは、新座市内の鈴木農園さんで取れたものを使用しています。

今日もしっかり食べて、丈夫なからだを作しましょう。

スパイシーポテト



じゃがいもの皮をむきます



じゃがいもは71kg使いました！



油で揚げ、味つけをします

きゅうりのごま醤油和え

きゅうり33kgは、いったんゆでて冷やします



塩、しょうゆ、ごま、ごま油で味つけをします