

きゅうしょくしつ 給食室だより

令和5年10月10日

きょう きゅうしょく かばやきどん きゅうにゅう ぐ だくさん
今日の給食は、さんまの蒲焼丼、牛乳、具沢山の
みそしる
味噌汁です。

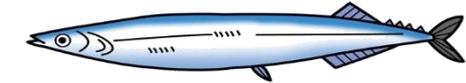
さんまは、みなさんのせいちょう けんこう ひつよう
成長や健康のために必要なたん
ぱくしつ りょうしつ ししつ おお ぶく さかな
質や、良質な脂質を多く含んだ魚です。また、さん
まがいちばん じ き あき きょう しゅん
まが一番おいしい時期は『秋』です。今日は、旬のさん
まにあぶら あ あまから
まにでんぷんをつけて油で揚げ、甘辛のたれをかけて、
かばや
蒲焼きにしました。

ぐ だくさん みそしる じもと のうか すずきのうえん
具沢山の味噌汁には、地元の農家の鈴木農園さんで
しゅうかく しんせん こまつな つか
収穫された新鮮なじゃがいもと小松菜を使っています。

また、きょう くだもの た きょう あき ふう
今日の果物はりんごですが、りんごも秋から冬
しゅん
にかけて旬を迎えます。

きょう た じょうぶ からだ つく
今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

さんまのかばや
蒲焼き



さんまを
揚げます

りんご



梨&りんごの
かわ
皮むきマシーンが
さいとうじょう
再登場!



タレにくぐらせます



おんだんか えいさう さんねん ほど
温暖化などの影響により、近年さんまが「細く」なっています。
ぶんなが た はんぶん き
その分長さがあったため、食べやすいよう半分に切りました。