



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年11月16日

きょう きゅうしょく さけ
今日の給食は、鮭とブロッコリーのスパゲッティ、
ぎゅうにゅう
牛乳、ポテトサラダです。

きょう あき しゅん さけ あき ふゆ しゅん むか
今日は秋が旬の鮭と、秋から冬にかけて旬を迎えるブ
ロッコリーを使い、おいしいスパゲッティを作りました。
ブリョッコリーは緑黄色野菜で、風邪などの病気から体を
まも 守ってくれるビタミン等が豊富に含まれます。

はい に いざし ない
ポテトサラダに入っているにんじんは、新座市内の
たかはしのうえん しんせん とど
高橋農園さんより新鮮なものを届けていただきました。
きょうしつ ま くば くた
マヨネーズを教室で混ぜてから、配って下さい。

きょう のこ た じょうぶ からだ つく
今日も残さず食べて、丈夫な体を作りましょう。

さけ
鮭とブロッコリーのスパゲッティ



ブロッコリーは
切って小さい房にします



鮭を蒸します



鮭も、使える部分は使います



具をつくります

ポテトサラダ



じゃがいも 41 kgは、蒸して
冷まします



野菜と和え、味つけします