

きゅうしょくしつ  
**給食室だより**

令和5年12月18日

今日の給食は、五目ごはん、牛乳、ホッケの塩焼き、かきたま汁、みかんです。

五目ご飯の“五目”とは、“五種類の食材”という意味がありますが、必ずしも五つとは限らず、“色々な種類の食材をバランスよく取り合わせた”という意味もあります。今日は、にんじん、ごぼう、さやいんげん、油揚げ、しらたきの五種類を具に混ぜたので、色々な栄養を取ることができます。

かきたま汁は、新座市の鈴木農園さんのねぎとほうれん草を使い、たまごがふわふわになるよう仕上げました。

みかんは、今が旬のくだものです。今回は、少し大きめのおいしいみかんを注文したので、味わって食べましょう。

今日もしっかり食べて、丈夫なからだを作りましょう。

五目ごはん

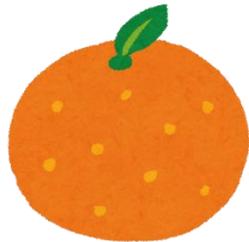


ごぼうを炒めています

みかん



洗ってクラスごとに数えます



真とごはんをませ、  
 クラスごとにはかかります