

きゅうしょくしつ 給食室だより

令和6年1月17日

きょう きゅうしょく むぎ きゅうにゅう さけ こんさいじる
今日の給食は、麦ごはん、牛乳、鮭のねぎみそだれ、根菜汁、
おひたしです。

きょう さけ べにざけ しゅるい しょう あざ いろ
今日の鮭は、紅鮭という種類を使用しました。鮮やかな色と、
うま味みが強いのが特徴です。衣つよをつけて揚げ、甘めとくちょうのねぎみそ
ダレころもをかけました。

また、今日の汁物には“根菜”がたくさん使われています。野菜類
は、ほうれん草そうなどの葉はっぱを食たべる野菜、ごぼうなどの根ねっこ
を食たべる野菜、ブロッコリーなどの花はなのつぼみを食たべる野菜に
ぶんるいぶんるい分類ぶんるいされます。根菜こんさいは、根ねっこを食たべる野菜やさいを指さし、ごぼう以外いがい
にもにんじんやだいこんなどが挙げあげられます。また、いも類るいも土つち
の下したで育そだちます。今日は、寒い冬きょうに土さむの下ふゆでじつちっくり育したった旬そだの
食しよくざい材ざいをたくさん入いれ、温あたたかい汁物しるものにしました。

きょう た じょうぶ からだ
今日もしっかり食べて丈夫な体をつくりましょう！

さけのねぎみそだれ

根菜汁

鮭さけにでん粉でんぷんをまぶします

ダレだれをつくれます

里芋さといもを切きります

鮭さけを揚げ、ダレだれをかけます

(Illustrations of a whole salmon and a salmon fillet)