

きゅうしょくしつ 給食室だより

令和6年2月16日

今日の給食は、ポークカレーライス、牛乳、パワーアップサラダです。

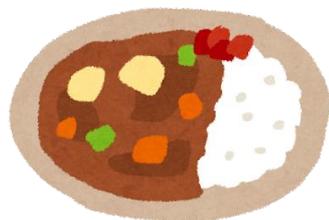
今日はカレーなので、給食室で朝早くからルウを手作りし、鶏がらでスープを取りました。また、玉ねぎは薄く切り、あめ色になるまでよく炒めました。このようなひと手間をかける事で、あま味とうま味を増すことができ、おいしい給食のカレーが出来上がります。

パワーアップサラダは、こんにゃく、ひじき、小松菜、にんじん、コーン、ごまを使用し、ビタミン類や食物繊維、鉄分など色々な栄養素がとれるサラダに仕上げました。にんじんと小松菜は、新座市内の鈴木農園さんより届けていただきました。今日もしっかり食べて、丈夫なからだを作りましょう！

ポークカレー



玉ねぎをよく炒めます



小麦粉と油でルウを作ります



ルウを入れ、仕上げます