

きゅうしょくしつ

給食室だより

令和6年2月19日

今日の給食は、麦ごはん、牛乳、白身魚のおろしソースかけ、にらたまスープ、即席漬けです。

今日は、今が旬の大根を使い、大根おろしのソースを作りました。大根は、新座市内の鈴木農園さんより届けていただいたものです。冬の大根は、あまみが強いのが特徴です。これは、土の中で大根が凍らないようにするため、糖分をたくわえて自分自身を守ろうとしているからだそうです。今日は、大根おろしソースを揚げた魚にかけていただきます。

にらたまスープには、にらがたっぷり入っています。とろみのあるスープを食べて、体をあたためましょう。

今日もしっかり食べて、丈夫なからだを作しましょう！

にらたまスープ



厚削いでだしを取ります

殻が入らないよう、ザルでこします



卵を割ります



にらを2~3cmに切ります



溶き卵を少しずつ入れます

白身魚のおろしソースかけ



揚げた魚に、ソースをかけます

