給食室だより

令和５年７月12日

今日の給食は冷やしきつねうどん、牛乳、ひまわりポテト、小玉スイカです。

冷やしきつねうどんには、甘辛く煮た油揚げが入っています。暑くて食欲のおちたときにもさっぱりと食べられそうですね。

ひまわりポテトは、じゃがいもをつぶしてカップに入れ、卵を流し入れてオーブンで焼いて作りました。ひまわりのような見た目の夏らしい料理です。

スイカも、夏が旬の食べ物です。夏が旬の食べ物は、水分が多くふくまれ、体を冷やしてくれるはたらきがあります。

今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう！

小玉スイカ 40個！

3回洗います

崩れないよう、ていねいに切ります

ひまわりポテト　調理風景

マッシュポテトを作ります

ポテトを丸くカップに入れます

卵を流し入れます

オーブンでやきます