



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年6月12日

今日の給食は、カリカリ梅とじゃこのご飯、牛乳、揚げ出し豆腐、具だくさんのみそ汁です。

雨がふり、ジメジメした日が続いています。昨日、6月11日は、「入梅」と言い、“暦の上で梅雨の時期に入る日”でした。この時期は梅が旬をむかえる時期でもあることから、今日は梅を使った献立にしました。梅は酸味があることから、食よくを増したり、疲れを回復させる効果があるそうです。

また、今日のみそ汁の小松菜は、新座市の農家の高橋農園さんで収穫されたものです。しっかり食べましょう。

揚げ出し豆腐を作っている様子



豆腐を切っています



粉をつけます



豆腐を揚げます



豆腐にかけるおろしダシを作ります



豆腐を数えて、ダシをかけます

カリカリ梅とじゃこのご飯を作っている様子



カリカリ梅

ちりめんじゃこ



ご飯にまぜます