



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年6月23日

きょう きゅうしょく かまや きゅうにゅう ごもくはるさめ
今日の給食は、釜焼きビビンバ、牛乳、五目春雨スープです。

ビビンバは韓国料理の混ぜ飯です。ご飯にぶた肉、たまご、ナムルなどの具を入れ、にんにく、しょうが、コチュジャン、しょうゆなどで作ったタレと混ぜ合わせていただきます。ナムルから水分が出やすいので、今日はナムルだけ別の食缶にしました。ごはんには混ぜながら食べて下さいね。

ごもくはるさめ きゅうしょくしつ とり
五目春雨スープは、給食室で鶏ガラからスープをとりました。ツルツルとした食感の緑豆春雨と、たくさんの野菜の旨味が入ったスープです。具には高橋農園さんで収穫された新鮮なチンゲン菜も入っています。

きょう のこ た じょうぶ からだ つく
今日も残さず食べて、丈夫な体を作りましょう。

かまや 釜焼きビビンバ ちょうりふうけい 調理風景



ナムルをクラスごとに分けます



たまご いい卵をつくります



ごはんたまご、いためにんにくを混ぜあし味つけします

ごもくはるさめ 五目春雨スープ ちょうりふうけい 調理風景



とり 鶏ガラでスープを取ります



チンゲンサイは最後にいれます



たかはしのうえん 高橋農園さんのチンゲンサイです