



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和5年5月23日

今日の給食はカレーライス、牛乳、海藻サラダです。

給食のカレー作りは、とりがらや野菜でスープをとること、ルウを手作りするところから始まります。ルウは、小麦粉と油をこがさないように混ぜ続けながら、30分以上炒めて作ります。他に、豚肉やにんじん、じゃがいも、たまねぎや、はちみつやケチャップなどの調味料を加え、コトコト煮込んでおいしいカレーに仕上げます。

海藻サラダは、海藻とにんじん、きゅうり、キャベツを手作りのドレッシングで和えて作っています。海藻は、何と6種類も使われています。【わかめ、こんぶ、茎わかめ、赤とさかのり、青とさかのり、白とさかのり】です。

今日も残さず食べて、丈夫な体をつくりましょう。

給食のカレーがおいしい理由♡



といがらと、野菜の皮や芯(きれいにあらってあります)で、スープをとります。



たまねぎ半分は、よく炒めます



あめ色たまねぎの完成!



たまねぎのもう半分は、煮込むときにいれます

ルウも手作り。
30分以上
混ぜ続けます。



ルウの完成!

