

きゅうしょくしつ

給食室だより

令和7年12月18日

今日の給食は、冬野菜のカレー、飲むヨーグルト、ごぼうチップスサラダです。

冬野菜のカレーには、ふだんカレーにはあまり入れない大根や、ほうれん草が入っています。カレーに入っているにんじん、大根、ほうれん草は、すべて新座市内の高橋農園さんから届けていただきました。栄養豊富で、新鮮な新座の冬野菜がたっぷり入ったカレーに仕上がっています。

そして、今日はごぼうをサクサクに揚げたものを、サラダの野菜にトッピングしていただきましょう。サラダのキャベツ、小松菜は、新座市内の鈴木農園さんのものです。

今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

ふゆやさい
冬野菜のカレー

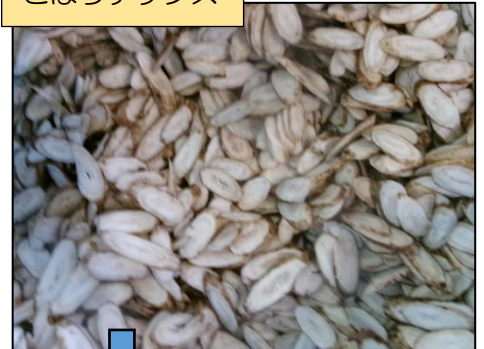


だいこん
大根をいちよう切りにします



さつまいもをかくき切りにします

ごぼうチップス



ごぼうをうすく切ります



ルー作り



最後にほうれん草を加えます



でん粉をまぶし、揚げます