



きゅうしょくしつ

給食室だより

令和8年7月6日

きょう きゅうしょく きゅうにゅう とうがん
今日の給食は、タコライス、牛乳、冬瓜とモロヘイヤのスープです。

きょう おきなわけん りょうり しょうかい
今日は、沖縄県の料理を紹介しします。タコライスは、タコスの
ぐざい はん く あ おきなわけん りょうり きょう
具材とご飯を組み合わせた沖縄県の料理です。今日は、ごはんの
うえ ぐざい やさい
上にタコスの具材と野菜をトッピングしていただきます。

きょう しょう とうがん
また、今日のスープに使用した“冬瓜”と“モロヘイヤ”は、
おきなわけん せいさん さか なつやさい とうがん ふうり
どちらも沖縄県での生産が盛んな夏野菜です。“冬瓜”は冬の瓜と
か なつやさい おも なつ しゅうかく
書くのに夏野菜なの？と思うかもしれませんが、夏に収穫され、
き ふゆ ほそん とうがん よ
切らなければ冬まで保存できることから“冬瓜”と呼ばれるよう
になりました。

きょう た しょうぶ つく
今日もしっかり食べて、丈夫なからだを作しましょう。

タコスの具



なまのトマトを使います



トマトを入れ煮込みます

とうがん き
冬瓜とモロヘイヤのスープ



とうがん き
冬瓜を切ります



モロヘイヤ

