きゅうしょくしつ 給食室だより

令和８年10月20日

今日の給食は、麦ご飯、牛乳、さばのみそ煮、具だくさん鶏汁です。

さばのみそ煮は、さばの切り身をみそや、生姜、長ねぎなどと一緒に煮込んで作りました。よく煮ることにより、さばの臭みが消え、柔らかく食べやすくなります。一緒に煮たねぎや生姜、昆布も添えましたので、ぜひ味わってみて下さい。

鶏汁は、かつおの厚削りで取っただしに、鶏肉や野菜、豆腐や油揚げなどたくさんの具材を入れ、具だくさんに仕上げました。小松菜は鈴木農園さん、里芋と長ねぎは須田農園さんのものを使用しています。

今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

さばのみそ煮



さばを釜に並べて入れます





鯖は、大きな釜でじっくり煮ます。
火の強さを調整するのが難しいです。



数えてバットに入れます

具だくさん鶏汁

