

今日の給食は、麦ごはん、牛乳、とり肉の甘辛煮、ねぎみそスタミナスープです。

鶏肉のあまから煮は、でんぷんをつけて油で揚げたとり肉と、小松菜を甘辛のタレでからめた人気の料理です。小松菜は、新座市の農家の高橋農園さんで収穫された新鮮なものを使用しています。

ねぎみそスタミナスープには、豚肉、にんにく、しょうが、長ねぎ、にらなどを使い、むし暑い時期にみなさんの元気が出るようにしました。スープには大根も入っていますが、大根は新座市内の鈴木農園さんより届けていただきました。

今日もしっかり食べて、丈夫な体を作りましょう。

とり肉の甘辛煮



とり肉に酒をまぶし、粉をつけます



小松菜を下ゆでします

ねぎみそスタミナスープ



鶏からでスープを取ります



揚げたとり肉と小松菜に、味つけをします

