

きゅうしょくしつ 給食室だより

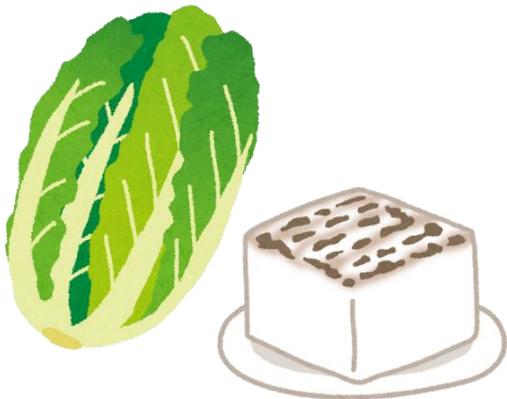
令和6年12月5日

きょう きゅうしょく きゅうにゅう にく とうふ や
今日の給食は、麦ごはん、牛乳、ひき肉と豆腐のすき焼き
ふう に こ
風煮込み、ごまドレサラダです。

さむ じき あたた にもの た きょう
寒い時期は、温かい煮物が食べたくなりますね。今日は、
いっけん どうふ あじ や ふう に こ
一見マーボー豆腐のようですが、味つけはすき焼き風の煮込み
りょうり つく しゅん はくさい しょう にいざしな
料理を作りました。旬の白菜をたっぷり使用し、新座市内の
たかはしのうえん すずきのうえん なが に こ
高橋農園さんのにんじん、鈴木農園さんの長ねぎを入れ、煮込
んでつく
んで作りました。

また、今日のサラダには“すりごま”を使用しています。ご
まを入れることで、えいようか あ こう ふうみ くわ
栄養価が上がり香ばしい風味も加わります。
こまつな にいざしな すずきのうえん しょう
小松菜は、新座市内の鈴木農園さんのものを使用しました。
今日もしっかり食べて、た しょうぶ からだ つく
丈夫な体を作しましょう。

すき焼き風煮込み



はくさいを切ります



とろみをつけて仕上げます



ごまドレサラダ