



きゅうしょくしつ 給食室だより

令和7年5月21日

きょう きゅうしょく かつお ぎゅうにゅう じる わふう
今日の給食は、鰹ごはん、牛乳、にらたま汁、和風ナムル
です。

きょう しゅん かつお つか こんだて かつお しゅん はる あき
今日は、旬の“鰹”を使った献立です。鰹の旬は、春と秋
の年2回あり、このうち春の鰹は「初鰹」とよばれます。今日
は、鰹に衣をつけて油で揚げ、甘辛のタレにからめ、ご飯に
まぜて、鰹ごはんを作りました。

かつお にほんしょく か しょくざい
また、“鰹”は日本食に欠かせない食材の1つです。にら
じる だし と かつお けず ぶし つか
たま汁の出汁を取るのに「鰹の削り節」を使いました。また、
あ もの かつおぶし つか わふう つく
和え物にも「鰹節」を使い、和風のナムルを作りました。

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



かつお 鰹
ごはん
鰹に粉をまぶします



かつお 鰹
揚げます



にらたま汁
鰹の削り節でだしを取ります



かつお 鰹
ごはん
と鰹をまぜます



たまご 17kg を割ります



たまごを少しずつ入れます