

きょう きゅうしよく
今日の給食 1月27日(月)



きょう てづく
今日は手作りハンバーグです。
ハンバーグには、たま玉ねぎ、ひじき、とうふ豆腐、しおこうじ塩麴をつ
かいました。しおこうじいを入れることでうまみもアップしま
す。ちょうりいんさんがやくこ約100個のハンバーグをあいじょうこ
めてつくって作ってくれました。



きょう きゅうしよく
今日の給食 1月28日(火)



きょう おおいたけんさん やさい
今日は、ちゃんぽんです。大分県産の野菜がたくさん使われています。ほ干しいたけ、きくらげ、もやし、にらです。ちゃんぽんだけでひとりやく
野菜が使われています。こまつなサラダはやく
の野菜が使われているので合わせるとやく
の野菜を給食でとることができます。1日にとり
たい野菜の量は350gなので給食をしっかり食
べることで目標に近づくことができます。

きょう きゅうしよく
今日の給食 1月29日(水)

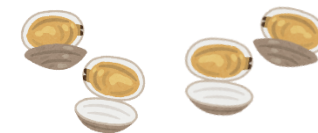


きょう おおいたけんさん つか あ もの
今日は大分県産のハモを使った揚げ物です。
こぼね おお さかな きつきし こうじょう
ハモは小骨が多い魚なので杵築市にある工場で
かこう ほねぎ みしろ うつく
加工、骨切りされてきます。ハモの身は白く美しい
あじ じょうひん あじ あ ゆず
です。味も上品な味わいです。揚げたハモを柚子だ
れにからめました。澄まし汁には小麦粉が原料の麩
おおいたけんさん ふんまつ ま や
に大分県産のしいたけの粉末を混ぜて焼いてもらっ
た‘しいたけ麩’を入れました。大分の食材をたくさ
つか あじ た
ん使ったメニューです。味わって食べましょう。

きょう きゅうしよく
今日の給食 1月30日(木)



マンハッタングラムチャウダーとは、トマトベースの
スープです。あさりのうま味が野菜スープに溶け込
みます。あさりには、たんぱく質、鉄分、亜鉛、カリウ
ム、カルシウム、ビタミン B12、タウリンなど、私た
ちの体に欠かせない栄養成分が含まれています。



きょう きゅうしょく
今日の給食 1月31日(金)



きょう
今日はオムライスです。
ケチャップごはんを皿に盛りたまごを上へのせます。
そして一人一人ケチャップをかけてください。
どんなオムライスになるか楽しみです。



全国学校給食週間



きゅうしょくしつ
給食室をのぞいてみよう!



きゅうしょくしつ
給食室は、いつもピカピカ!

