

7月 4日 (火)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!



| 食材名 | 産地名 |
|-------|-----|
| さけ | チリ |
| ぶたにく | 青森 |
| にんにく | 青森 |
| しょうが | 高知 |
| にんじん | 千葉 |
| キャベツ | 長野 |
| もやし | 栃木 |
| きゅうり | 東京 |
| だいこん | 青森 |
| こまつな | 東京 |
| ながねぎ | 茨城 |
| えのきたけ | 新潟 |
| わかめ | 岩手 |
| ゆず | 高知 |

今日の給食は「ごはん」に「のりの佃煮」と「さけの香味焼き」「ゆずドレッシングサラダ」「沢煮わん」の和食献立です。戸山小では“ごはんの友(供)”としても人気の「のりの佃煮」も手作りであり、小さく切ったのりにだし汁・砂糖・みりん・しょうゆを加え、弱火でかき混ぜながらじっくり煮詰めて作っています。材料も作り方もとてもシンプル(簡単)ですが、実は、シンプルなものほど余計なものが入らないため安心して食べられるのです。

特に今日のような和食の献立は栄養バランスもよく、素材の味を生かしたシンプルな料理で、体にも優しく健康によいものばかりなので、みなさんも安心してモリモリとたくさん食べてくださいね😊