

1月26日(金)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!



Table with 2 columns: 食材名 (Ingredient Name) and 産地名 (Origin Name). It lists ingredients like chicken, egg, potato, carrot, mushroom, cabbage, daikon, shimeji, corn, naganegi, and apple, along with their respective production regions like Miyazaki, Saitama, Gunma, Kochi, Chiba, Iwate, Aichi, Tokushima, Kanagawa, Nagano, and Tokyo.

今日の給食は6年生考案献立第7弾! 「そぼろごはん」に「野菜のポン酢あえ」と「沢煮わん」「りんご」です。

「そぼろごはん」は甘辛い味付けが食欲をそそる栄養満点の一杯です。6年生が考えたものでは鶏そぼろをご飯の上のせるものですが、給食では盛り付けやすさ・食べやすさ・栄養バランスを考え、少しアレンジしてあります。

「野菜のポン酢あえ」は考案者の6年生いわく、冬と言えば「鍋」、鍋と言えば「ポン酢」という連想で考えた一品だそうです。また、今日は味付けのポイントになるポン酢も給食室の手作りポン酢なので、安心安全のやさしい味わいです。もちろん! 「沢煮わん」も栄養たっぷり臭たくさんで、「りんご」も医者いらずと言われるほど栄養のある果物なので、来週も元気いっぱいの一週間をすごせるよう、今日も残さずしっかりと食べてくださいね😊

寒さに負けるな 心の芯からホカホカ給食

りんご
りんご
全体的にしぼり
るまぼので
甘いを入れる!
かき入るよ

中野菜の
酢和え
家庭料理料書参考!
冬といえは金時といえは
酢!
アジ料理
知ってほしいよ

人参小松菜 味噌 酢 など
あお汁: 酢を入ら
なくても美味しい!

牛乳
はほいもの
うと
りんごぼろに合
うと

牛乳に合う

とろろぼろ
ご飯
甘いぼろぼろと
ご飯は!

ちくわと人参
などの具沢山
お味噌
細かく刻めは短時
間できる!
味つけをうまに
するよ! しょうが
油!

豆、ちくわ、人参、長ねぎ、
生姜(お好み)、大根 など

ここがポイント!

- 季節が「冬」ということで温かい給食食材を使いました。
- 簡単料理なのでみんなが注目してくれる!
- 命をいたたく「いただきます野菜では分かつたので肉や魚を使い知ってもらう。