

ダランチタイム 12月



室蘭市学校給食センター

今月も西いぶりの食材を使った!

西いぶりなかよし給

12月5日(火)

- ★小型糖蜜パン ★牛乳
- ★鮭のクリームシチュー
 - *** 空蘭の追直漁港で水揚げされた、鮭を使用する予定です。
 - ・野菜は、西胆振でとれたものを使用する予定です。
- ★りんごゼリー和え
 - ・ 壮瞥町で生産した、りんごを使用します。

昔の人は夏にとれた、かぼちゃを大事に保存していま した。そして、冬至の日にかぼちゃを食べたり、ゆず湯に えると、かぜをひかないとも言われています。

~かぼちゃの種類いろいろへ

《西洋かぼちゃ》

背みが強く、ほくほくしています

《日本かぼちゃ》

淡白な味で、しっとりとした果肉です。

《そのほか》

そうめんかぼちゃ (金糸瓜) やバターナッツ コリンキー、ズッキーニなどがあります。



2023 年度



2月18日(月)

モンフライ ・小袋ソース

にはん めく たい たん やまなしけん やまなしけん にほん ま なか せかいいさん ふじさん やつがたけ みなみ 日本を巡ろう!第9弾は山梨県です。山梨県は日本のほぼ真ん中にあります。世界遺産の富士山やハケ岳、南アルプス など、たくさんの山々に囲まれた「ぼん地」といわれる地形です。高い山が海からのしめった風をさえぎって、一年中雨や雪 が少なく晴れの日が多い気候です。「やまなし」という名前は、巣物のヤマナシがたくさんとれた、山をならして空な地にし たことから付けられたなど、いろいろな由来があるそうです。

「ほうとう」は山梨県の郷土料理です。小麦粉を練って平たくきった「ほうとう麺」を季節の野菜や肉、 かぼちゃと一緒に煮込むことで自然な甘みがでる、味噌仕立ての汁ものです。今回は、マカロニを ほうとう。��に見たてます。

また、山梨県には海がありませが、豊かな天然水をいかした、サーモンなどの養殖が盛んに行われています。 給食では、サーモンをフライにしてみました。お楽しみに♪



6年生が考えた「リクエストこんだて」です。

12月6日(水) 白蘭小学校

・わかめごはん

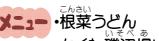
•味噌バター肉じゃが

・鶏てんぷら梅しそ



~ 班のみんなの好きな物でまとめました。しつ かり栄養バランスや色をよく考えたので、ぜ ひ食べてください~

12月21日(木) 喜門岱小学校



・ちくわ磯辺揚げ

•ストロベリーカスタードタルト

~ちくわにはアミノ酸が多くふくまれているので、き んカアップや体調不良を助けてくれます。冬になり、 寒くなってきたので栄養を取れるよう野菜がたくさん 入った うどん にしました~



12月12日(火)

★キャロットピラフ ★牛乳

★‡う‡う コンソメスープ

★の形をしたにれじれ、だ

★クリスピーフライドチキン

