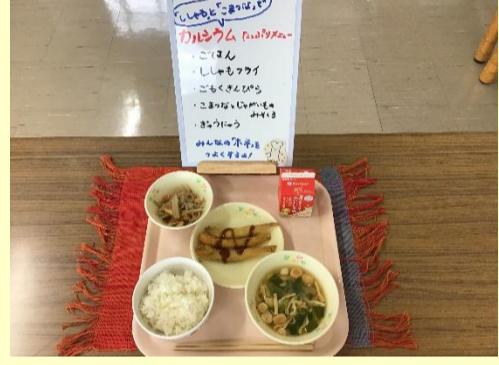
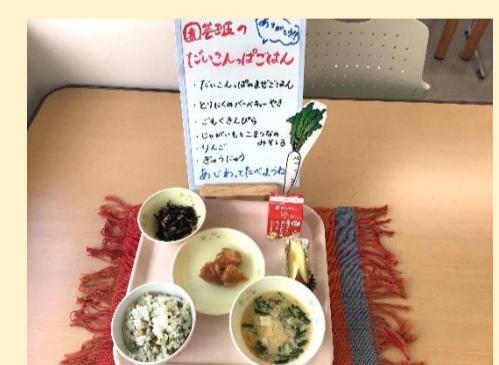


令和7年度おいしい給食 12月第1週【12月1日(月)~ 12月5日(金)】

<p>12月1日(月)</p> 	<p>ガパオライス、まめまめサラダ、もずくスープ</p>	<p>ガパオライスは目玉焼きがトッピングされて、ボリュームたっぷりで南国気分が味わえるメニューでした。サラダとスープと一緒に食べておなかがいっぱいになりました。ごちそうさまでした。</p>
<p>12月2日(火)</p> 	<p>ナン、大豆入りドライカレー、カリフラワーサラダ、野菜スープ、バナナ</p>	<p>火曜日はパン給食の日ですが、今日はドライカレーということでナンが提供されました。しっとりとしてほんのり甘いナンに、ドライカレーを乗せて頂くと、本格的インド料理を食べているようで、とても楽しかったです。ドライカレーにたくさん大豆が入っていたのも、味のアクセントになってとてもおいしかったです。ぜひインド人にも食べていただきたいと思いました。</p> <p>野菜スープは、コンソメスープにベーコンの風味がよく染み出しており、ほどよい味付でカレーのお供にぴったりでした。キャベツが煮込まれ過ぎず、食感がほどよく残っていたのもとても良かったです。</p> <p>カリフラワーサラダは、すっきり爽やかな味付で、こちらもカレーにはぴったりのサラダですね。</p> <p>デザートのバナナは、皮の色に少し青みが残っていたのでどうかなと思ったのですが、実は少し固めでしたが味はいつものようにとても甘くておいしいバナナでした。</p>
<p>12月3日(水)</p> 	<p>御飯、ししゃもフライ、五目きんぴら、じやがいもと小松菜のみそ汁</p>	<p>今日の給食の献立は、「カルシウムをしっかりととろう給食」だそうです。</p> <p>ししゃもフライは、衣が付けられたししゃもを頭から食べればカルシウムたっぷりですね。フライになっても、ししゃもの味がしっかりと感じられ、食べやすくてとてもおいしかったです。ししゃもはそのまま焼いてもフライにしても、どちらでもおいしいですね。</p> <p>小松菜とじやがいものみそ汁は、カルシウムたっぷりの小松菜とじやがいも、豆ふ、玉ねぎとともに具だくさんのみそ汁でした。栄養のバランスの取れた給食ですが、このみそ汁一品だけでもいろいろな栄養がとれそうで、食べると健康になれるな気がしました。</p> <p>五目きんぴらは、きんぴらというと濃いめの味付けをイメージしますが、給食のきんぴらは、口元にごま油の香りが漂う上品な一品でした。</p> <p>今日は大分寒く、夕方には雪が降る予報も出ています。おいしい給食をしっかりと食べて、寒さに負けない体を作りましょう。ごちそうさまでした。</p>
<p>12月4日(木)</p> 	<p>大根葉のまぜ御飯、鳥肉のバーベキュー焼き、ひじきの炒り煮、にら玉汁、りんご</p>	<p>大根葉のまぜ御飯は、学校で育てた大根の葉を使ったまぜ御飯でした。大根の葉というと、独特の少し強めの香りがある印象でしたが、今日のまぜ御飯では、それほど風味が強過ぎず、サクッとした食感で食べやすい味付けになっていたと思います。</p> <p>鳥肉のバーベキュー焼きは、甘じぽい味付で子供たちも大好きな味付けだと感じました。御飯と一緒に頂くと、とてもおいしかったです。</p> <p>にら玉汁は、ふわふわの溶き卵でスープにほんのりとろみが付いて、寒い季節にぴったりのスープだったと思います。にらと玉子の相性は抜群ですね。</p> <p>ひじきの炒り煮はいつ頂いても安定のおいしさです。自宅で作るには、少し手間が掛かるので、給食で食べられることに感謝です。</p> <p>デザートのりんごは、岩手山のサンふじだそうです。りんごはどの品種でも間違いなくおいしいので大好きです。</p>
<p>12月5日(金)</p> 	<p>御飯、厚揚げのみそ炒め、大豆もやしのナムル、豆乳坦々スープ</p>	<p>今日の給食は大豆づくし献立でした。</p> <p>厚揚げのみそ炒めは、さいの目に切られた厚揚げと野菜がすっきりとしたみそ味で炒められ、食べ応えがありました。厚揚げは、炒めても煮てもおいしいので大好きな食材です。</p> <p>豆乳坦々スープは子供たちがおいしく食べられるように、辛さ控えめの坦々スープでした。ほんのり付いたとろみがこの季節にはぴったりで、冷えた体がよく温まってとてもおいしかったです。豆乳のくせあまり強くなかったので、子供たちもおいしく食べてくれたのではないかでしょうか。</p> <p>大豆もやしのナムルは、歯応えがしゃきしゃきで、大豆もやしの味わいがとても良く感じられました。大豆もやしは、普通のもやしと違って味が濃くてとてもおいしいですね。</p> <p>今週もおいしい給食ありがとうございました。ごちそうさまでした。</p>