

12月11日 の給食メニュー

かみかみ給食(笑)

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・お麸のすまし汁
- ・さわらの西京焼き
- ・かみかみきんぴら



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳 (大分県産)	ごはん (宇佐市産)	えのき (熊本県産)
木綿豆腐	サラダ油	人参 (熊本県産)
サワラ	焼き麸	小ねぎ (宇佐市産)
豚肉 (鹿児島県産)	三温糖	ごぼう (青森県産)
みそ	砂糖	しらたき
茎わかめ	ごま 油	



今月もおい
しい給食を
お届けしま
す！

ぱくぱくだより

【さわらの西京焼き】

さわらの西京(さいきょう)焼(や)きは、魚に白みそやみりん、醤油(しょうゆ)などをあわせた中に漬(つけ)込(こ)んでおいて焼きました。西京焼きは京都を中心に関東地方で食べられている「西京みそ」を魚に漬け込んで焼いたもので、今日は西京みそのかわりに白みそを使っています。

