

12月11日 の給食メニュー

かみかみ給食😊

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・お麩のすまし汁
- ・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	焼き麩	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。

