

令和7年6月5日（木）の給食



☆献立名

- ・ゆかりごはん
- ・鶏天ぷら
- ・細切り昆布の炒め煮
- ・小松菜のみそ汁
- ・牛乳



今日の「歯（は）ッピーカミカミメニュー」はかみごたえのある「鶏天ぷら」と「細切り昆布の炒め煮」です。歯と口の健康を守ることは、体全体の健康を守ることに繋がります。

鶏天ぷらは、鶏胸肉に味付けし、給食室で一つ一つに衣をつけて揚げました。ほどよい歯ごたえがあってカミカミメニューにぴったりでした。

細切り昆布の炒め煮は、昆布やにんじん・サヤインゲンの他、糸こんにゃく・しめじなど弾力のある食べ物も使っています。昆布や茸が苦手な人もいるかと心配しましたが、よく食べてくれていました。

令和7年6月6日（金）の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・ハンバーグおろしソース
- ・ひじきサラダ
- ・沖ギスのすりみ汁（みそ味）
- ・牛乳



今日の「歯（は）ッピーカミカミメニュー」は、「ひじきサラダ」と「沖ギスのすりみ汁」です。

すり身汁は、にかほ市でとれた「沖ギス」という魚を骨ごとすり身にしたもの、豆腐と生姜・みそ・片栗粉を混ぜてカルシウムたっぷりの「すりみ団子」にし、いろんな野菜と煮込んだ食べごたえのある汁物です。

初めてのメニュー、それも魚のすりみ汁とあって苦戦している子どもたちもいましたが、秋田の海でとれたお魚の昔から食べられている料理なので、知ってほしくて実施しました。