

令和7年1月9日(木)



【和食料理献立】

●献立 ごはん・牛乳・さつまいも汁・とんかつ・白菜のごま和え

○ さつまいも汁

- ▼ 出し昆布、煮干しで出し汁をとります。
- ▼ 温かくした出し汁に鶏もも肉を入れます。それに人参、そぎごぼう、大根を加えます。大根を加え更に煮ます。具材が煮えてきたら、さつまいもを加えます。具材が煮えたら、米みそを加え味を調えます。
- 最後に深ねぎを加えたら出来上がりです。

○ とんかつ（加工品）

- ▼ とんかつを油で揚げます。

○ 白菜のごま和え

- ▼ 擦ったごまを炒り、冷まします。
- ▼ 和えタレを作っておきます。
- ▼ 切った白菜、人参をスチームコンベクション（焼く・蒸す・煮る調理機器）にかけ蒸し、真空冷却機で冷やします。作っていたタレで和えます。

今日の給食

今日のとても寒いです。さつまいも汁で暖がとれました。「大好きなとんかつもあるけど、温かい大きなおかず（さつまいも汁）が一番おいしかったです！」と子供から嬉しい言葉をかけられました。

さつまいも汁は、豚汁に入っている具材に似ています。今日は豚肉ではなく「鶏もも肉」の吸い物です。

