

突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『はく埼玉ねぎスープ』 令和4年12月

わらび ふゆやさい やさい あじ
蕨でとれた冬野菜をつかったスープです。野菜のやさしい味がするスープで、からだがポカポカにあたたまりますね。



はくさい
オレンジ白菜という
色がきれいな白菜です。



のうか
わらびの農家さんが
やさい とど
野菜を届けてくれました。

しよくざい かま
食材を釜に入れて、
ちょうり
調理していきます。

しよくざい したしより
食材の下処理をします。
はくさい
白菜をあらっているところです。



しよっかん
食缶に入れて
教室へおとどけします！

★★★★ 完成 ★★★★★



突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『とろとろあんのだいこん大根カレーそば』令和4年12月

わらび 蕨でとれた「だいこん」をたっぷりと使いました。子ども達の大好きなカレー味で、ごはんがぐんぐん進む一品に仕上がりました。



わらびの農家さんが
野菜を届けてくれました。



この日は、
168kgのだいこんを、
手切りしました。



だいこんを
柔らかく煮ていきます。

食材を釜に入れて、
調理していきます。



食缶に入れて
教室へおとどけます！



☆☆☆ 完成 ☆☆☆



突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『チンジャオロースー』令和4年12月

オイスターソースの味付けで、ピーマンが苦手な子も、お肉と一緒においしく食べられそうですね。ごはんとの相性もピッタリです♪



緑色と赤色のピーマンを使いました。

野菜を機械でせん切りにします。



いろいろあざ色鮮やかに仕上げます。



かま食材を釜でいため、調理していきます。



☆☆☆ 完成 ☆☆☆



バットに入れて教室へおとどけます！



突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ

『ごろっとかぼちゃカレー』 令和4年12月

冬至にちなんで、“ん”がつく「なんきん(かぼちゃ)」がごろっと入ったカレーです。運がたっぴりと取り込めそうな献立になりました。



一つ一つ手切りして
ごろっとした感じを
出しました。



かぼちゃを加えます。

よく煮込んで
仕上げていきます。



食材^{かま}を釜でいため、
調理していきます。

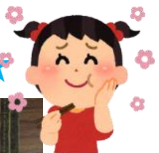


ていねいに
アクをとります。



食缶に入れて
教室へお届けします！

★★★★ 完成 ★★★★★



突撃！わらびの学校給食 ～給食のメニュー作りにチャレンジ～

『コック・オー・ヴァン』

令和4年12月

『コック・オー・ヴァン』は鶏肉と野菜を赤ワインで煮込んだフランスの家庭料理です。フランス語で coq(コック)は鶏、vin(ヴァン)はワインという意味があります。給食では、赤ワインのほかに、トマトソースやデミグラスソースを使って煮込みました。



お肉屋さんから
鶏肉が届きました。



鶏肉を
赤ワインに
漬けます。



味付けをして
仕上げていきます。



あくをていねいに取りながら
煮込んでいきます。



食材を釜に入れ、
調理していきます。



★★★★ 完成 ★★★★★



食缶に入れて
教室へおとどけします！



わらびでとれた
『ゆず』を使った

突撃！わらびの学校給食

『鮭の幽庵焼き』

令和4年12月

蕨では毎年12月、市内でとれた『ゆず』を使った献立^{こんだて}を提供しています。今年は「鮭の幽庵^{ゆうあん}焼き」として登場しました。鮭を焼いた時の、『ゆず』のさわやかな風味が食欲をそそる一品になりました。



わらびの農家さんから
『ゆず』が届きました。



しぼった『ゆず』を
工場へ運びます。



30kgの『ゆず』を
ひとつひとつていねいに
しぼりました。

しょうゆなどの調味料^{ちょうみりょう}と
合わせます。

魚の加工工場の様子



ちょうみえき^{ちょうみえき}調味液を鮭に^つ漬けこみます。

鮭が給食センターに
運ばれます。



鮭を一枚ずつ並べて
オーブンで焼きます。

焼き上がりました♪



教室へおとどけします！

☆☆☆ 完成 ☆☆☆

