

# 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～

## 『鶏肉と小松菜のさいたまぜずし』 令和5年3月

みんなに好まれる鶏肉と卵の入ったまぜずしに、埼玉県で生産量の多い小松菜を入れたメニューでした。味も彩りもよく仕上がりました。



鶏肉が届きました。



食材の下処理をします。  
人参の皮をむいています。



しょうゆ、砂糖、塩などで  
味つけをします。



野菜を入れて、炒めます。  
混ぜるのに、とても力が必要です。



食材を釜に入れて、  
調理していきます。



バットに入れて  
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～

## 『秋田のいものこじる』

令和5年3月

あきたけん きょうどりょうり ぐざい  
秋田県の郷土料理で、さといも、きのこなどの具材がたっぷり入ったしる  
あたた  
ものです。からだ温まり、おなかいっぱいになりそうですね。



しょくざい したしより  
食材の下処理をします。  
まいたけをほぐしています。



なが  
長ねぎをあらって  
いるところです。



みそ42kgはダマに  
ならないよう、最初  
さいしょ  
にと溶いておきます。



あじ  
味つけをし、よくまぜて  
できあがりです。



かま ちょうり  
大きな“釜”で、調理します。  
さといもを入れているところです。



しょっかん  
食缶に入れて  
きょうしつ  
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～

## 『あたたかけんちんうどん』

令和5年3月

さといも、だいこん、ごぼう、とうふ、こんにゃくなどの具材がたっぷり入ったうどんです。からだがあたたまり、おなかもいっぱいになりそうですね。



しょくざい したしより  
食材の下処理をします。  
にんじんの皮をむいています。



さといも51kgをあらっているところです。



あじ  
味つけをし、よくまぜて  
できあがりです。



あくをていねいに  
とります。



やさい  
野菜をさいしょに  
いため、かおりを  
出します。



☆☆☆ 完成 ☆☆☆



しょっかん  
食缶に入れて  
きょうしつ  
教室へお届けします！

