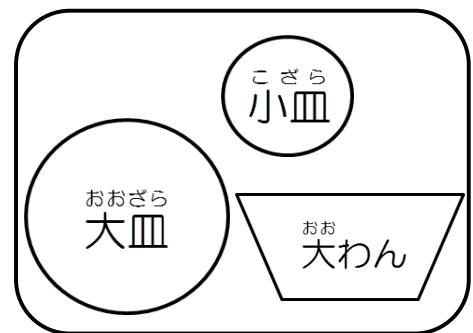


★ 食の豆知識～さくらの学び舎～

しょっき 食器	きょう 今日の献立	はいせん ぐ 配膳器具
おおざら 大皿	新潟県産こしひかり 豚肉のごまみそあえ	しゃもじ トング
こざら 小皿	たまご入り千草おひたし	トング
おお 大わん	わかめスープ	おたま

<食器の置き方>



千草おひたしの「千草」には「いろいろな」という意味があります。

名前の通り、いろいろな食材が使われているおひたしです。

今日はたまご、油揚げ、にんじん、しらたき、小松菜、
キャベツの6種類の食材が入っています。

いりたまごがぽろぽろして食べづらいかもしれません、
スプーンもついているので、上手に食べてください。

炒め物は野菜から水分がたくさん出て
びちゃっとしてしまうので、
先に野菜だけ炒めて水分を切り、
肉と炒め合わせました。



てこの原理をうまく使うことで
大量の野菜も上手に
炒めることができます。

給食室の様子