



給食室より



春になり、日々の給食を通して少しでも新生活のサポートが出来ればと思っています。

郷土料理を提供します

今年度は右記の順番で郷土料理を給食に取り入れていきます。また、世界のおやつも毎月提供予定です。

2025年度 郷土料理

4月	青森	10月	茨城
5月	岩手	11月	栃木
6月	宮城	12月	群馬
7月	秋田	1月	埼玉
8月	山形	2月	千葉

給食

イガメンチ

ミンチにしたイカとたまねぎ・にんじんなどの野菜を合わせて揚げた津軽地方の郷土料理です。

にんじんの子和え

「子」はたらこを指し、たらこ・にんじん・糸こんにゃくなどを出汁やしょうゆで炒め煮した副菜です。

みそカレー牛乳ラーメン

みそ・カレー・牛乳を合わせた青森市のB級グルメです。

おやつ

グラタンフライ

マカロニ・鶏肉・たまねぎが入ったグラタンを春巻きの皮で包み、パン粉で揚げた料理です。



世界のおやつ イギリス

ホットクロスパン

シナモンやレーズンが入った甘いパンに十字の模様を付けて焼きあげるイギリスの伝統的なパンです。

今月のおすすすめレシピ

さけのごまだれ焼き (大人4人分)

さけ 400g
 白ごま 5g
 砂糖 15g
 しょうゆ 15g
 みりん 5g

1. 白ごま・砂糖・しょうゆ・みりんを合わせて、さけに漬け込みます
2. 全体に火が通るまで焼いたら完成です

*さけ以外の魚や鶏肉などにも合います



3/17の給食です