



給食室より



12月の郷土料理 群馬県

給食

こしね汁

こんにゃく、しいたけ、ねぎの入ったみそ汁で、頭文字をとって「こしね汁」と名付けられました。

かみなりごはん

こんにゃく、ごぼう、にんじん、鶏肉などを使用した炊き込みご飯です。

オランダコロッケ

じゃがいも、チーズ、ベーコン、パセリを材料にした俵型のコロッケです。

おやつ

ぎゅうてん

小麦粉、ねぎ、干しえびを具として混ぜ、フライパンで焼いたお好み焼きに近い料理です。



世界のおやつ オランダ

ポッフェルチェ

パンケーキの一種で、たこ焼きサイズの小さく丸い形をしています。バターと粉糖をかけて食べます。



今月のおすすめレシピ

納豆サラダ（大人4人分）

《材料》

ひきわり納豆	100 g
にんじん	80 g
きゅうり	80 g
キャベツ	150 g
《調味料》	
しょうゆ	18 g
りんご酢	15 g
砂糖	3 g
ごま油	12 g
青のり	適量

《作り方》

1. にんじん、きゅうり、キャベツは千切りにします。
2. にんじん、キャベツは茹で、水気を切ります。
3. 調味料を合わせておき、材料をすべて合わせて和えます。

* ご飯といっしょに食べてもおいしいです。



10/12の給食で提供しました。