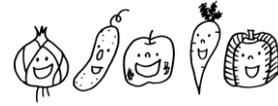




# こんだて通信



令和6年 10月22日 (火)

## 献立・使用器具

- ・ごはん ..... しゃもじ2本
- ・手作りごま昆布 ..... スプーン
- ・鶏肉とじゃが芋のうま煮 ..... 大おたま
- ・ちくわのゆかり揚げ (2本ずつ) ..... トング
- ・牛乳

## 配膳図・目安量

ごはん  
しゃもじ 2杯程度

昆布の佃煮  
スプーン 1杯  
\*ごはんにまぜて盛り付けてもOKです。



うま煮  
大おたま 大盛り 1杯

献立ひとくちメモ



## \* 新米のごはんです \*

今年も新米の季節がやってきました。  
給食では、今日から、新米のごはんです。農家の方が心をこめて育てたおいしい新米を、味わって食べてください。

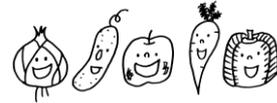


新潟県産「にじのきらめき」というお米です♪



今日の主な食材産地：米：新潟県 麦：福井・石川・富山県 にんじん、大根、じゃが芋：北海道  
小松菜：東京都 ごま：中南米 けずりぶし：静岡県 ちくわ(原料)：アメリカ

# こんだて通信



令和 6年 10月 23日 (水)

## 献立・使用器具

- 上海麺
  - 中華麺 ..... トング2本
  - 上海あん ..... 大おたま
- 大学芋 ..... ギザたま
- オレンジ ..... 手袋
- 牛乳

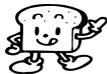
## 配膳図・目安量

上海あん  
大おたま 多め 1杯



大学芋  
ギザ玉 1杯

献立ひとくちメモ



## \* さつま芋 \*

さつま芋のおいしい季節です。  
今月は、人気の大学芋を作りました。  
カラリと揚げたさつま芋にみつをからめました♪



さつま芋を切って  
いる様子。



今日の主な食材産地：にんじん、玉ねぎ：北海道 白菜：長野県 もやし：栃木県 たけのこ：四国  
チンゲン菜：茨城県 さつま芋：千葉県 しょうが：高知県 にんにく：青森県 いか：ペルー  
ごま：中南米 オレンジ、水あめ：アメリカ 干しいたけ：大分 うずら卵：愛知県

# こんだて通信

保給委員ファイル提出日

令和6年10月25日(金)

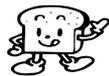
## 献立・使用器具

- ・ごはん . . . . . しゃもじ2本
- ・ヤムニョムチキン . . . . . トング
- ・ナムル . . . . . ギザ玉
- ・スンドゥブチゲ風 . . . . . 大おたま
- ・牛乳

## 配膳図・目安量



献立ひとくちメモ



## \*ヤムニョムチキン\*

ヤムニョムチキンは、韓国料理の1つです。コチジャンやしょうゆ、とうがらし、砂糖などが入った甘辛い合わせ調味料の「ヤムニョム」を揚げた鶏肉にからめた料理です。

今日は、にんにくとしょうがをごま油で炒め、コチジャン、ケチャップ、はちみつ、砂糖、しょうゆを加え、タレを作りました。



給食当番は、白衣の持ち帰り、洗濯をお願いします。



今日の主な食材産地：米：新潟県 麦：福井・石川・富山県 にんじん：北海道 小松菜：東京都  
ごま：中南米 白菜、えのき：長野県 にら、もやし：栃木 しょうが：高知 にんにく：青森  
はちみつ：タイ