



きゅうしょく

いただきます~す!

12月

にちか 21日(火) <ちゃちゃもランチ>

まつさか かに かぶと松阪しめじのクリーム煮



まつさか 松阪しめじは、松阪市で平成3年(今から約30年前)から育てられているきのこのひとつです。

いってい おんど たも へ や なか やく にちかんそだ ごしゅうかく みせ なら 一定の温度に保った部屋の中で、約100日間育てられ、その後収穫してお店に並びます。

まつさか 松阪しめじは、体を細菌やウイルスから守り免疫を高めるといわれている、β-グルカンを含んでいます。食べ応えのあるシャキシャキした食感が特ちょうで、クセのない味は和食や洋食など、どんな

りょうり あいしゅう 料理にも相性がバッチリです!



どんどん大きくなっていくよ!

か きん 10日(金) <和食の日>

「あいまぜ」は三重県の郷土料理で、人がたくさん集まる

ほうじ とき つく ざいりょう べつ に 法事などの時に作られます。材料をそれぞれ別に煮て、

あじつ あ ま 味付けをし、合わせて混ぜることから「あいまぜ」という

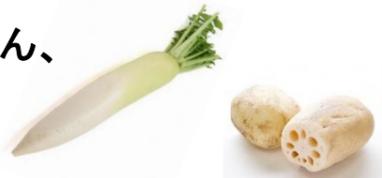
なまえ 名前になったといわれています。

あいまぜ



きゅうしょく 給食のあいまぜには、だいこん、れんこん、にんじん、

ほ あぶらあ はい 干しいたけ、油揚げが入っているよ。

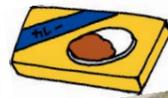


かか 7日(火) <新メニュー>

セルフサンド さばカレー



さばフレーク



さばカレー



さばの身を細かいフレーク状にして水煮にしたものと、たまねぎ、コーンをいっしょに炒め、カレー味に仕上げました。コッペパンにさばカレーをはさんでいただきます。お楽しみに!!