

12月給食だより



令和6年12月号
青梅市立学校給食センター

とうじ こんだて 冬至献立

きゅうしよく で ひ しょうがっこう ちゅうがっこう
給食に出る日 小学校：20日 中学校：19日

冬至とは、1年の中で太陽が出ている時間が最も短い日で、今年は12月21日です。冬至には、栄養豊富なかぼちゃを食べたり、「運」がつくように「ん」がつく食べ物を食べる習わしがあります。給食では、かぼちゃとうどんが入った汁物や、れんこんが入ったサラダを出します。

ブックメニュー

きゅうしよく で ひ しょうがっこう ちゅうがっこう
給食に出る日 小学校：4日 中学校：13日

『ヤーガの走る家（小学館）』という本の物語に出てくる「ヌードル入りミルクスープ」を給食で再現します。どんな料理が想像してみてください。



ほかにも、クリスマスメニューや揚げパンなど、お楽しみメニューが盛りたくさん♪



「アレルギー食品使用予定献立表」は右の二次元バーコードの読み込み、あるいは
「青梅市教育委員会ホームページ＞学校教育＞学校給食情報＞給食献立表」
にアクセスしてご覧いただけます。



♥たまごスープ雑炊のトッピングで味を色々試してみた！

■材料（1人分）
市販のたまごスープ 1個
ごはん 100g
水 160ml
●トッピングで味の違いを楽しもう！
塩こんぶ・キムチ
溶けるチーズ（細切り）など

① 水とごはんを小さめのナベに入れ、軽く煮てから火を止め、たまごスープを入れ、混ぜたら出来上がり。



お家シリーズ

市内在住のイラストレーター本橋先生とコラボしたコーナー。
お家で楽しめるレシピや里山通信などを発信します。

もとよし 本橋

靖昭先生

イラストレーター
絵本作家

青梅市生まれ・在住。出版・広告・放送などの絵を描いて活躍中です。絵本「まっくら森」（サンマーク出版）は、NHK「みんなのうた」で大人気の「まっくら森の歌」の原型になりました。青梅市の図書館のキャラクター「ち〜のん」は本橋先生の作品です。