



副菜皿

牛乳

なまあ やさい いた
生揚げと野菜のみそ炒め

飯椀

深皿

いしかり はん
石狩ご飯

むらくも汁

「**石狩**」という名は、**鮭**を使った料理に使われます。**北海道の石狩川**という、**鮭がのぼる川**にちなんでこう呼ばれます。



また、**生揚げ**は、和食の中で煮物や汁物など様々に活躍する食材です。材料は、主に**木綿豆腐**を使い、高温の油で**表面がキツネ色になるまで揚げて**作ります。中に火が通るまで揚げるのではなく、**中身は生の**

豆腐の状態に保たれているので、「**生揚げ**」の名がついています。



給食室の様子



さけの三枚おろしを焼いてほぐしました。慎重に、骨を確認しながらの作業は神経をつかいます。

生揚げを野菜と共に炒め、トウバンジャンやみそで調味しました。

