～子どもたちに伝えたい！秋のおいしい福井の食材を取り入れて！～

嶺北メニュー

ごはん・牛乳・スタミナ焼肉
秋野菜のごまみそあえ
すまし汁　・越のルビー・完熟梅ゼリー

・ごはん　県産コシヒカリです。

・スタミナ焼肉
ふくいポークと県産たまねぎを「ニンキ―のたれ」で味付けしました。
※ニンキ―のたれ　永平寺町産にんにくを使用したものです。

・秋野菜のごまみそあえ
里芋、かぼちゃ、れんこん秋の野菜がたっぷり入ったごまみそ和えです。

・すまし汁
こまつな、にんじん、ひらたけ、かまぼこ、ねぎ、わかめが入っています！昆布とかつお節のだしがきいていますよ。

・完熟梅ゼリー
県産完熟梅を使った、甘酸っぱくてさっぱりしたゼリーです。

【栄養価（1人分）】 エネルギー707kcal
たんぱく質 29.4g　脂質 18.3g　カルシウム　405mg

嶺南メニュー

福井梅と青大豆のごはん・牛乳
ふぐとさつまいものケチャップ和え
ブロッコリーのサラダ・かきたまスープ
お米のムース

・福井梅と青大豆のごはん
県産コシヒカリに、福井梅と青大豆、ごまを混ぜ合わせました。

・ふぐとさつまいものケチャップ和え
しろさばふぐとさつまいも、ピーマンを素揚げし、ケチャップ味に仕上げました！
※しろさばふぐ：敦賀港（定置網）で獲れたものを使っています。

・ブロッコリーのサラダ【乳】
ブロッコリーとりんご、柿をフレンチドレッシングで和えました！

・かきたまスープ【卵・乳】
たまねぎ、にんじん、チンゲン菜、ふわふわ卵のスープです。

・お米のムース
県産コシヒカリを使った大人気デザート！！

【栄養価（1人分）】 エネルギー777kcal
たんぱく質 26.2g　脂質 28.3g　カルシウム　395mg

我がまち自慢の学校給食発表会

県内の17市町と県立学校の調理員が、人気のある給食を作り、工夫していること等を発表し、学びあっています。
調理の技術を磨き！もっともっとおいしい給食を目指しています！

2013.8.8

学校給食調理コンテスト

2013.8.20

子どもたちが地場産物を使ったおいしい学校給食の献立を考え、栄養教諭や調理員と一緒にチームになって調理します！
この献立は、実際の給食にも登場しますよ。

◇ レシピ集 ◇

調理コンテストと我がまち自慢の学校給食のレシピはレシピ集にまとめ配布しています。
家庭でも作ってみてくださいね！