



なかもとランチタイム

★今日のこんだて★みんなで目指そう！残菜ゼロキャンペーン1日目★

ツール・ド・フランス
さいたまクリテリウム
こんだて★



キャロットラペ

たらこのポワレ
レモンバターソース

ソフト
フランスパン

ポトフ

【給食のお話】

今日は来月11月6日の日曜日開催される2022ツール・ド・フランスさいたまクリテリウムの開催を記念したフランスの食文化を感じる献立です。

「ポワレ」というのは、フランス料理の調理法の1つで、塩コショウをした肉や魚を多めの油でカリッと揚げるように焼く調理法です。約1000食作っている仲本小では、その方法は難しいので、今日は油で揚げて、上にオリーブオイル入りのレモンバターソースをかけていただきます。ポトフはフランス語で「pot」は鍋、「feu」は火という意味があり、「火にかけた鍋」という意味になります。今日の給食もフランスの献立ですが、実は11月2日に、プロのフランス料理のシェフが仲本小に来てくださいます。90周年を記念したシェフ給食です。そちらも楽しみにしててくださいね。

【担任の先生方へ】

今日からのキャンペーン、周知をお願いします。

自分が食べられる量を考えて、みんなでいしきしてみよう！苦手でもあと1くち

【昨日の残菜】

- ★麦ごはん：9.5kg
- ★生揚げと里芋のごまみそ煮：8.3kg
- ★なめたけ和え：1.6kg
- ★牛乳：28本



仲本小学校全体の残菜率は4.7%でした！