



つくってみよう！給食レシピ



秋に旬を迎えるさつまいもを使ったおやつです。さつまいもの皮には、おなかの調子を整えてくれる食物繊維がたくさん含まれているので、皮つきで食べるのがおすすめです。黒糖を入れると、コクが出ておいしくなります。

大学いも



★材料(4人分)

Table with ingredients for 'University Sweet Potato' including sweet potatoes, oil, black sesame, and seasonings.

★作り方

- ① さつまいもは一口大の乱切りにし、水にさらしておく。
② 水気を切った①を、170℃の油で揚げる。
③ Aの調味料を鍋に入れ、ひと煮立ちさせる。
④ 揚げたさつまいもを③の鍋に入れ、たれとからめる。
⑤ 最後に黒ごまを振ったら、完成。
※ 水あめを使うことで、簡単にとろみをつけることができます。水あめがない場合は、砂糖を少し足して長めに加熱するととろみがつきます。



Main menu table with columns for date, name, ingredients, and illustrations of food items.

津島市内学校紹介

見てみて！！学校給食 ～西小学校～



津島市立西小学校では、6月の愛知を食べる学校給食の日に合わせて、「給食新聞」を給食委員会が作成し、クラスに掲示しました。給食をおいしく、楽しく食べてもらうことができるよう内容を考えました。...

給食新聞 (School Lunch News) featuring recipes, health tips, and illustrations.

* 毎月19日は「食育の日～おうちでごはんの日～」

* 献立は都合により変更することがあります。