令和8年10月28日 水曜日

旬:里芋



★果物(巨峰)

★★五目煮豆
☺八王子産根しょうが

★牛乳

★赤魚の薬味焼き

★ごはん

★★芋の子汁
☺八王子産里芋、長ねぎ、小松菜、大根

八王子市学校給食センター　はちっこキッチン元横山

令和8年10月28日 水曜日

旬　里芋



　里芋は、縄文時代には主食であったともいわれている、稲作より歴史のある作物です。里芋の名前は、山で採れる山芋に対して、里で採れることに由来しています。

　里芋は独特のぬめりがあり、ホクホクとした食感が特徴です。
今日の給食では、八王子産の里芋で「芋の子汁」を作りました。



令和8年10月28日 水曜日

赤魚の薬味焼き



大きな赤魚を天板いっぱいに並べ、オーブンで焼きます





万能ねぎで作ったねぎ油を加えた特製薬味ダレを赤魚にかけました