

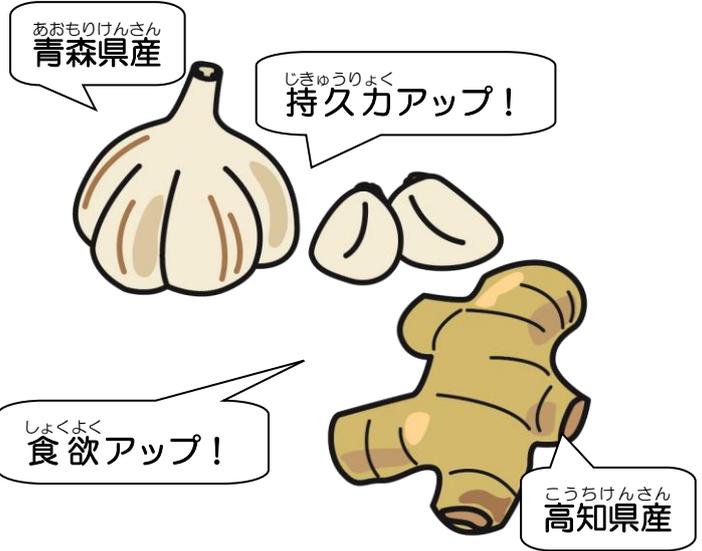
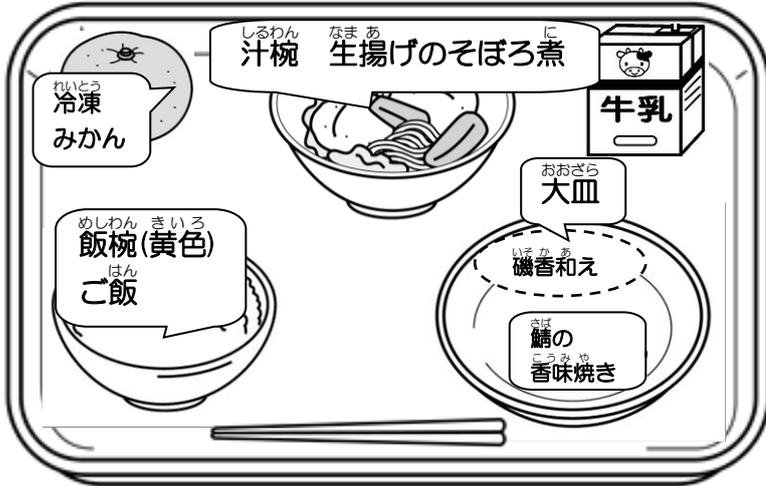


# きゅうしょくニュース



れいわ ねん がつ にちもくようび  
令和7年9月11日 木曜日

## こうみやさい 香味野菜のパワー



きょう きゅうしょく しゅさい さば こうみや や さば こうみやさい  
今日の給食の主菜は、鯖の香味焼きです。焼いた鯖に、香味野菜  
のんにくや生姜を使ったたれをかけています。

りょうり すこ そ こうみやさい やくみ  
料理に少し添える香味野菜は、「薬味」ともいわれます。

やくみ りょうり あじ かお よ こうか  
薬味は、料理の味や香りを良くする効果があります。

すこ りょう けんこうこうか たか た もの おお もじどお  
また、少しの量でも健康効果の高い食べ物が多いので、文字通り

くすり やくわり じっさい しょうが かんぼう くすり  
「薬」のような役割もします。実際に、にんにくや生姜も漢方の薬  
として使われています。

ざんしょ きび ひ つづ しょうが やくみ  
残暑が厳しい日が続いていますが、生姜やにんにくの薬味パワー  
でスタミナをつけ、元気に過ごしてほしいと思っています。

れいとう こんねんどさいご らいげつ なま つか  
冷凍みかんは、今年度最後です。来月からは、生のみかんを使う  
予定です。冷凍みかんならではの味わいを楽しんでくださいね♪

きょう きゅうしょく つか ちばけんさん た もの  
☆今日の給食に使っている千葉県産の食べ物☆  
こめ きゅうにゅう ふなばししさん こまつな のり  
米 牛乳 船橋市産→小松菜 海苔 