

給食だより

志木市立
宗岡中学校
令和七年 12月

師走に入り、朝・晩と寒さが厳しくなってきました。
体を冷やさない様にして、睡眠と、食事をしっかり
整えていきましょう。体を温めるおすすめ食材を12月の
給食にも取り入れています。



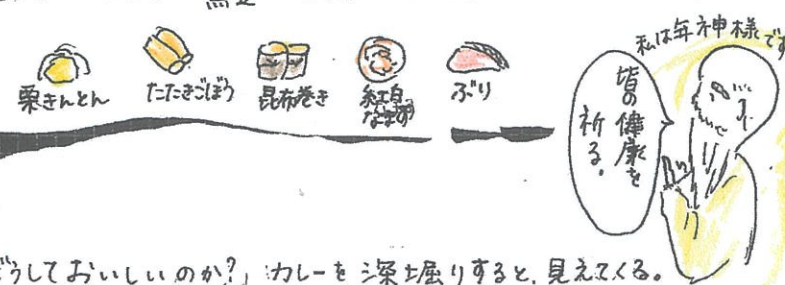
カレーうどんや
スープ類



しっかり食べて 年末年始も
元気に過ごしましょう!



お節料理



学校のカレーはどうしておいしいのか? カレーを深堀りすると、見える。
カレーはただのおいしい米料理ではない! 文化や化学、栄養学が 様々なからみ合う
芸術作品 なのだ!! 皆様にとって、カレーは何ですか?

カレーの化学

乳化と口あたり

①のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。



油とスパイス

①のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。



①のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

②のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

③のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

④のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

⑤のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

⑥のルーは油と②の水分を均一に混ぜ合わせ(乳化)口あたりをなめらかにする。

おはなしごはん
糸エの豚のサーモンステーキ
12月17日(木)



- 今回のソース (10人分)
- オリーブ油 5g
- にんにく(みじん) 1片
- 白ワイン 40g
- 牛乳 200cc
- 塩 4g
- 白こしょう 少々
- 有塩バター 10g



冬至七種、疫病退散!!



一陽来福