

# 五中三二給食通信

令和 6年 12月 18日 NO.139



参考に盛り付けてね♪

今日の給食は北海道の郷土料理の「鮭のちゃんちゃん焼き」です。「鮭のちゃんちゃん焼き」は鮭とキャベツなどの野菜にみそを加え鉄板で焼いた料理で、北海道では鮭のほかにホッケやニジマスといった魚も使うことがあるそうです。

名前の由来は「焼くときに鉄板からちゃんちゃんと音がするから」や「父ちゃんが作るから」、「ちゃちゃっと作るから」などの説があります。

給食では鉄板では焼かずオーブンで焼いて作ります。給食を通して北海道の郷土料理を味わってください♪



鮭のちゃんちゃん焼き  
おいしくて、さけびたくなるね♪  
残すのはさけ（避け）ようね(\*' ω' \*)  
ちゃんちゃん～♪



## 《今日の献立》

ごはん

鮭のちゃんちゃん焼き

ゆず風味和え

かまぼこのすまし汁

牛乳



| 赤の食べもの                                    | 黄色の食べもの                      | 緑の食べもの                                                             |
|-------------------------------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| 血や肉になるもの                                  | 熱や力のもと                       | 体の調子を整えるもの                                                         |
| 牛乳<br>鮭 みそ<br>わかめ<br>蒸しかまぼこ<br>豆腐<br>かつお節 | 米<br>バター<br>油<br>白すりごま<br>砂糖 | キャベツ 玉葱<br>にんじん まいたけ<br>ホールコーン<br>しょうが 大根<br>きゅうり ゆず<br>長ねぎ<br>小松菜 |