



「早ね早おき朝ごはん」
運動シンボルマーク

★今月の献立より★

・17日 練馬区一斉キャベツの日

練馬区ねりまくの全小中學校ぜんしょうちゅうがっこうに練馬区内ねりまくないで獲れたキャベツとが配布はいふされます。豊玉東小とよたまひがししょうでは、キャベツたがたっぷり食たべられて、子供こどもたちに人気どがあるホイコーロー井どんにします。練馬区ねりまくは23区くの中で一番農地面積いちばんのうちめんせきが広く、なかでもキャベツしゅさんひんは主産品ねりまくです。練馬区とないは都内ナンバーワンせいさんりょうの生産量ほこを誇ります。



・19日 食育の日 神奈川県郷土料理

今月の食育しょくいくの日の献立ひは神奈川県郷土料理かながわけんきょうどりょうりです。サンマー麵めんはもやしはくさい、白菜ぶたにくなどの入ったあんはいをかけた横浜市よこはましのご当地ごうちラーメンとよたまひがししょうです。豊玉東小ていきょうでアレンジさむして提供きせつします。寒い季節いっそうにより一層たおいしく食べられます。

・24日 和食の日

11月24日は「いい日本食」ということで、和食文化わしょくぶんかの大切たいせつさを再認識さいにんしきするきっかけなとなるよう和食の日わしょくひに制定せいていされています。今が旬いまのサンマしゅんを子どもこたちが食べやすい「さんまのかば焼きた丼どん」にして提供ていきょうします。



★ご好評いただきました！★

10月に提供ていきょうしたスイートポテトこどもが子供たちだいこうひょうに大好評ひるやすでした！お昼休みの時間じかんに何人もの子なんにんが「レシピ教こえてください！」「おいしくて天国てんごくだった～」と栄養士えいようしのところへ来きてくれました。そこで、簡単かんたんではありますがレシピしょうかいをご紹介します。



材料 (4人分)

- ・さつまいも 200g
- ・砂糖 5g
- ・牛乳 9g
- ・コンデンスミルク 20g
- ・生クリーム 8g
- ・バター 8g
- ・バニラオイル 数滴
- ・卵 7g

作り方

- ① さつまいもは皮をむき、適当な大きさに切る。蒸して（または茹でる）なめらかになるまで漬す。
- ② ①に砂糖、牛乳、コンデンスミルク、生クリーム、溶かしバター、バニラオイルを加え、混ぜ合わせる。
- ③ ②を好きな形に成形する。
- ④ 卵を溶いて（みりんでも代用可）③に塗り、オーブンで200度10分間焼く。

コンデンスミルクを入れると、甘み、コク、風味が出ます。
また、カルシウムも取れるので給食で使用しています。