

さか3んの学校給食通信

🍷 学校給食費の無償化を実現しました！

保護者の経済的な負担を軽減し、児童生徒の健やかな成長を支えるため、本市独自の子育て支援として、物価高騰分を含めた『学校給食費全額』を無償化しています。

埼玉県の市としては、初めての取組です！

なお、食物アレルギー等の理由により学校給食を喫食していない児童生徒の保護者にも、学校給食費相当額を補助する予定です。後日、学校を通じて改めて御案内します。

🍷 坂戸市の学校給食の特徴

- 自校調理方式による主食、主菜、副菜が揃った完全給食です。
- 家庭の味、手作りの給食を大切にしています。カレーもルウから手作りしています。
- 季節に合わせた行事食や伝統料理を提供しています。

献立の一例



主菜
韓国風焼き肉

副菜
ナムル

牛乳

主食
ごはん

汁物 わかめスープ
鶏がらを煮込んでだしを取っています。化学調味料は一切使用していません。

定期的にレシピ等の情報を公開してるの！
チェックしてなの♪



ナムルのレシピ

家庭で作りやすい分量なの♪

材料

- ・ もやし 1袋
- ・ きゅうり 中1本 (130g)
- ・ にんじん 約1cm (12g)
- ☆ しょうゆ 小さじ1/3 (2g)
- ★ ごま油 小さじ1弱 (3.5g)
- ★ 砂糖 小さじ1/2 (1.5g)
- ★ しょうゆ 小さじ2と1/3 (14g)
- ★ 一味唐辛子 少々

作り方

- ① きゅうりは縦半分にし、斜め切りにする。にんじんは細い千切りにする。
- ② にんじん、もやし、きゅうりの順にさつとゆで、冷まして水を切る。
- ③ ボウルに野菜を合わせる。しょうゆ(☆)で下味を付け軽く絞る。
- ④ ★の調味料を合わせる。
- ⑤ ③の野菜と④で合わせた調味料をあえる。

