

おうちで作ろう

みんなの学校給食レシピ



献立名

そお good 給食

- そおのごはん
- 牛乳
- 小牧さんおすすめ旬の魚
～財部茶みそマヨ焼き～
- 小松菜の炒め物
- そお good みそ汁



今日の レシピ

小牧さんおすすめ旬の魚 ～財部茶みそマヨ焼き～

材料（5人分）

旬の魚切り身…………… 50g×5個
お茶（せん茶）…………… 小さじ 1/2

【合わせ調味料】

マヨネーズ…………… 50g
みそ…………… 大さじ 1/2
おろしにんにく…………… 小さじ 1/5
粉チーズ…………… 大さじ 1/2強

つくり方

- ① オーブンを 170℃ に予熱する。
- ② 【合わせ調味料】の材料をよく混ぜ、魚の切り身にからめる。
- ③ オーブンシートを敷いた鉄板にならべ、お茶をふりかける。
- ④ 170℃ のオーブンで 15 ～ 20 分焼いてできあがり。

曾於市財部学校給食センター

食数 約 900 食

受配校 財部小学校・財部北小学校・財部南小学校・中谷小学校
光神小学校・諏訪小学校・深川小学校・柳迫小学校
財部中学校・諏訪幼児学園（合計 10 校）



ひとくちメモ

財部学校給食センターでは曾於市の食を子どもたちに伝え、食に対する理解や郷土を愛する心を育んでもらいたいという願いから、毎月 19 日に曾於市の旬の食材を活用した「そお good 給食」を提供しています。

紹介した献立は令和 3 年 5 月に実施したもので、八十八夜にちなんで曾於市産の新茶を取り入れたレシピです。財部町の小牧鮮魚店さんは、旬のおいしい魚を提案して下さいます。小牧鮮魚店さんのおかげで魚好きの子どもたちもじわじわと増えています。添え野菜の小松菜やみそ汁の新玉ねぎ・山東菜・干し椎茸・麦みそも曾於市産を活用しています。