

曽於市の学校給食について知ってほしい！

地産地消へのこだわり ～そお good 給食について～

曽於市学校給食センターでは「そお good 給食」を毎月 19 日に提供しています。「そお good 給食」には子ども達にふるさと曽於の良さをもっと知ってもらいたいという願いが込められています。和食の献立で食材のほとんどを曽於市産の地場産物でまかなうよう心がけています。

そお good 給食は こんな給食



- ・そおのごはん
- ・そお good みそ汁
- ・さばのきのこあんかけ
- ・ゆずゼリー ・牛乳

学校給食費を 全額補助しています！

市では子育て世代の経済的負担を軽減し、子ども達が健やかに成長することができる社会を実現するため、市内に住所がある児童生徒の保護者に対し学校給食費を全額補助しています。

※要保護・県から補助が出ている児童生徒を除きます

曽於市ふるさと納税が給食費補助に 使われています

学校給食費負担軽減補助金はふるさと納税による全国からいただいた寄附金などを財源としています。恒久的な学校給食費の全額補助が可能になるように、ぜひ寄附を通して「ふるさと曽於市」のまちづくりへ参加してください。たいへんありがたいです。よろしくお願いします。

※注意※ ご自分の住民票登録のある自治体へ寄附することは可能ですが、返礼品を受け取ることはできません。

みんなの学校給食レシピ

豚肉とゴーヤのスタミナ揚げ



献立名

7月のそお good 給食

豚肉とゴーヤの
スタミナ揚げ

牛乳

そおのごはん

そおgoodみそ汁

材料 (5人分)

豚肉小間切れ…… 150 g
料理酒…………… 小さじ1
おろししょうが …… 小さじ1/2
ゴーヤ…………… 100 g
片栗粉…………… 適量
揚げ油…………… 適量

【タレ】

ねり梅…………… 大さじ1/2
濃口醤油…………… 大さじ1
本みりん…………… 小さじ2
さとう…………… 小さじ1・1/2
いりごま…………… 適量

作り方

- (1) 豚肉に料理酒とおろししょうがを合わせる。ゴーヤは半月スライスに切る。
- (2) 【タレ】を加熱してふつふつしたら火を止める。
- (3) ゴーヤと豚肉に片栗粉をつけて180度の油でカリッとすくくらいに揚げる。
- (4) (2)、(3)をボウルでからめて仕上げる



豚肉と梅の疲労回復効果と、ゴーヤの食欲増進・夏バテ予防効果で、残暑を乗り越えるためにぜひ食べてほしいスタミナたっぷりの 1 品です。