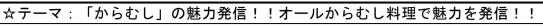
令和7年度 10 月 とおかまちメニュー





【料理名】	【献立概要】
ごはん	●鶏肉のからむしマヨ焼き からむし粉とマヨネーズを混ぜて鶏肉の上にのせて焼いた料理
牛乳	で、献立の中で一番「からむし」の味がよくわかる一品。
鶏肉のからむしマヨ焼き	●からむし麺サラダ からむしを練りこんだ麺を使った料理。中華風の味付けでさっ
からむし麺サラダ	ぱりとした一品。 ●からむしdeトロッと和風汁
からむしdeトロッと和風汁	

十日町市栄養教諭・十日町市教育委員会

水沢地区では、総合学習で「からむし」について学んでいる