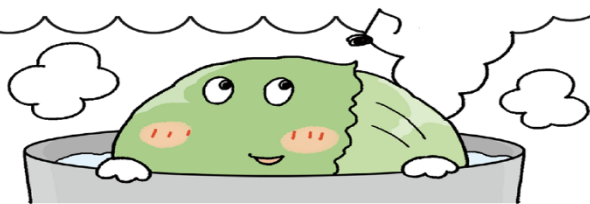


きょう きゅうしょく がつ か か
今日の給食 5月7日(火)

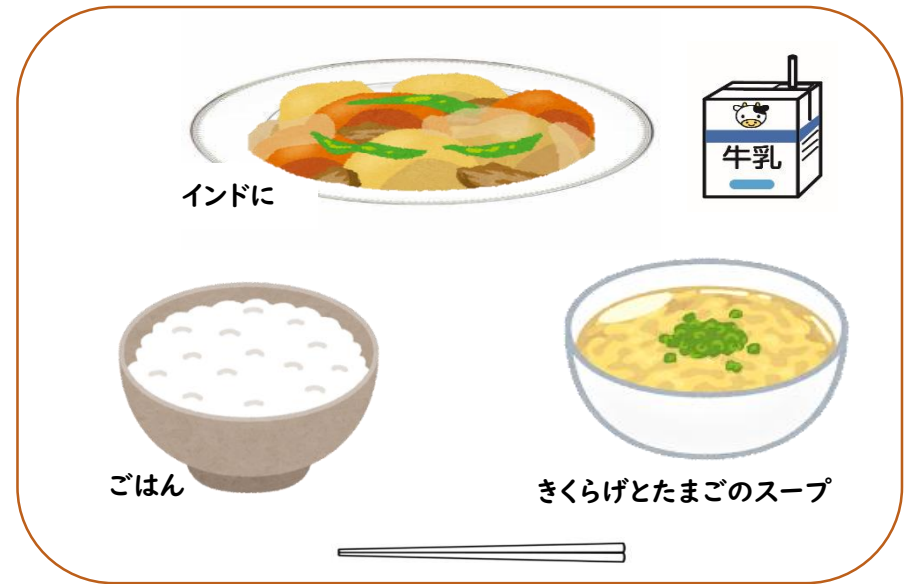


にほん なま た おお
日本では生で食べることの多いレタス
ですが、炒め物、なべもの、スープなど
にしてもおいしく食べられます。レタス
はβ-カロテンやビタミンC、食物
せんい ふく
繊維が含まれています。

ながのけんさん
長野県産の
新鮮なレタスが
届けられました。



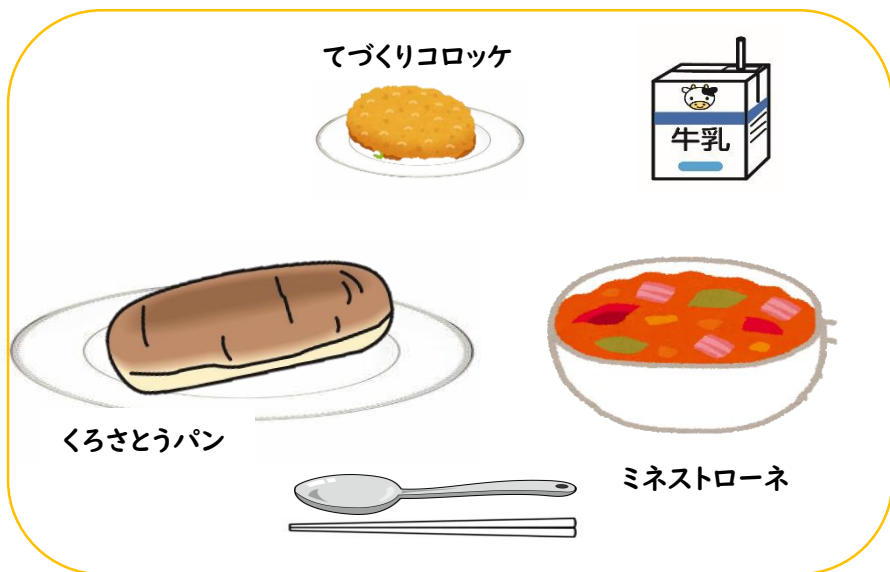
きょう きゅうしょく がつ か すい
今日の給食 5月8日(水)



にく、にんじん、たまねぎ、じゃがいも、厚揚げ、さつま揚げ
などの材料をカレー粉、ケチャップ、ソース、しょうゆを入
れ味付けした煮物です。いろいろな材料や調味料が使わ
れています。子供たちに煮物をたくさん食べてほしいと
かんが
考えられたメニューです。



きょう きゅうしょく がつ にち もく
今日の給食 5月9日(木)



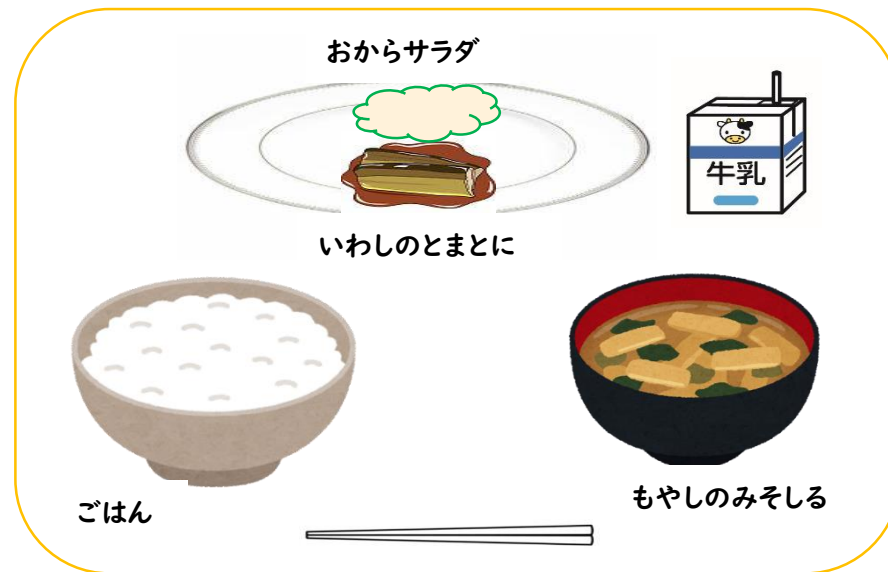
じゃがいものおいしい季節です。

コロッケを手作りしました。

給食室全員で朝から大忙しでした。ホクホク・サク

サクのコロッケです。残さずに食べてくださいね!

きょう きゅうしょく がつ にち きん
今日の給食 5月10日(金)



今日はおからをつかってサラダを作りました。

おからって何でできているしっていますか?

お豆腐を作るときに豆乳をしぼったあとの大豆のしぼりかすです。おからにはたんぱく質も食物繊維もたっぷり残っていて、とても優れた食品なんです。

成長期みなさんにぴったりです。

マヨネーズと和えて食べやすくしました。