

きょう きゅうしょく
今日の給食 7月16日(火)



きのう うみ ひ うみ めぐ かんしゃ うみ かこ
昨日は「海の日」でした。海の恵みに感謝し海に囲まれた
にほん ゆた ねが しゅくじつ
日本がより豊かになるようお願いをする祝日です。

きょう はい
今日は、エビやあさりが入ったシーフードたっぷりのクリー
ムシチューです。シーフードにはたんぱく質やビタミン、カ
ルシウム、マグネシウム、亜鉛、鉄などが含まれ栄養価の
たか た もの
高い食べ物です。

がっき か
1学期も、あと10日になりました。

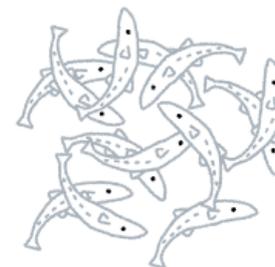
しっかり食べて元気に夏を過ごしましょう。



きょう きゅうしょく
今日の給食 7月17日(水)



きょう ふくさい ぶんごすいどう と
今日の副菜はちりめんキャベツです。豊後水道で採れた
しらすぼしをしっかりと乾燥させたのが、ちりめんじゃこで
す。ちりめんじゃこはカルシウムが豊富です。手軽に食べ
られるのもいいですね。野菜と和えたり、そのまま食べて
も、ごはん混ぜておにぎりにしてもいいですね。



きょう きゅうしょく
今日の給食 7月18日(木)



こ おとな だいす や
子どもも大人も大好きなメニュー焼きそば！
じつ きゅうしょく や
実は給食で焼きそばをつくるのはとてもたいへんです。
にんぶん やさい めん べつべつ いた おおかま ま
100人分の野菜と麺を別々に炒め、そして大釜で混ぜ
あ 合わせます。麺が切れないように大きなヘラを使って
ぜんしん いた た
全身で炒めます。そのまま食べてもコッペパンにはさ
や
んで焼きそばパンにしてもいいですね。



こうとうぶ
高等部さんから
ピーマンが届きました。
やきそばにいれました！



きょう きゅうしょく
今日の給食 7月19日(金)



きょう さかな あかうお さかな
今日の魚は「赤魚」という魚です。
とてもふか うみ さかな なまえ とお あかいろ さかな
深い海にすむ魚で名前の通り赤色の魚です。
み しろみ あじ
身は白身で味にくせがありません。
きょう からあ
今日は唐揚げにしてレモンのタレに漬けました。
ごはんにあ か
ごはんにあうおかずです。よく噛んで食べましょう。

