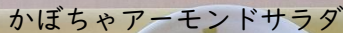


きょう きゅうしよく

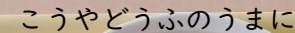


コッペパン

ホキのムニエル トマトソース ようふうかきたまスープ

せいちょう

きょう きゅうしよく



ごはん

じゃがいものみそしる

きょう こうやどうふ うまに こうやどうふ とうふ

こお かんそう かんそう
凍らせ、乾燥させたものです。乾燥させている
ほぞん すく りょう
ので保存がきき、少ない量でもたくさんの
えいよう しつ おお ほか
栄養がとれます。たんぱく質が多く、その他に
てつぶん おお ふく
カルシウムや鉄分も多く含んでいますが、ビタ
ふく
ミンCが含まれていないので、ビタミンCが
やさい いっしょ た えいよう
とれる野菜と一緒に食べると栄養バランスが
よくなります。

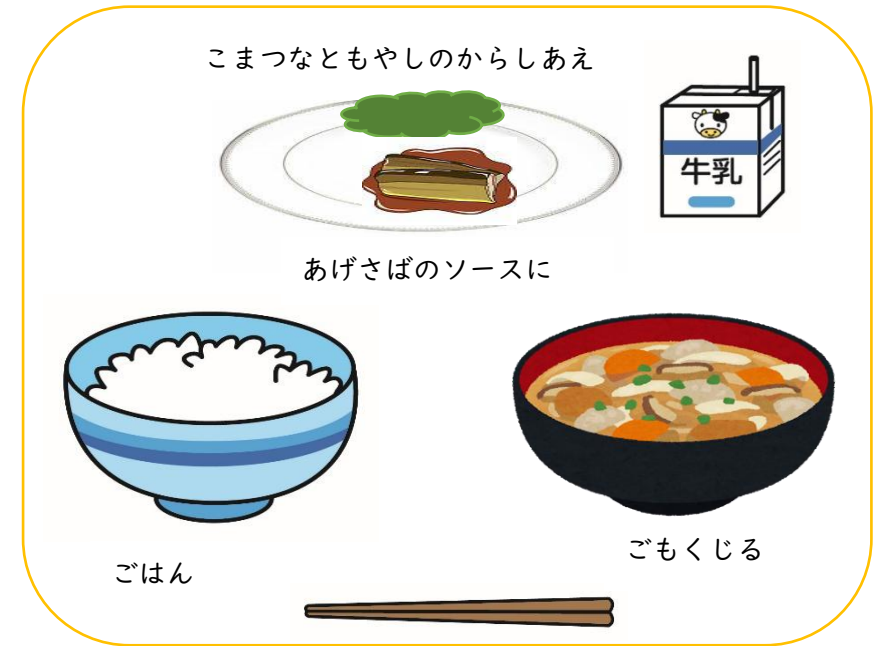
きょう きゅうしよく
今日の給食 5月29日(木)



きょう きゅうしよくしつ あさ づく
今日の給食室は朝からホットドック作りで
した。パンにキャベツとロングウインナーをは
さみチーズをのせオーブンでこんがり焼きま
した。ケチャップは自分でかけて食べてくださ
い。ほんのり 温かいホットドックと 旬のグ
リンピースのポタージュです。



きょう きゅうしよく
今日の給食 5月30日(金)



きょう
今日はサバのソース煮です。ウスターソースと
しょうゆ・生姜などで作ったソースをからめま
した。さばにソース？と思うかもしれませんが
ソースの香りが魚の臭みを消して、魚が苦手
な人でも食べやすくなっています。ごはんにも
よく合います。よくかんで食べましょう。