

★ 給食ブログ ★



2024 年 7 月 16 日 (火)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- ヤンニョムチキン
- きゅうりのナムル
- 卵とオクラのふわトロスープ
- アイス(ぶどう味)



< 給食ニュース >



今日は、1学期最後の給食でした。毎日、勉強や部活動など、学校生活を力いっぱいがんばったみなさんのために、アイスをつけました。喜んでくれている人がたくさんいて、こちらもうれしくなりました。

今日は、ちょっと早いのですが「食育の日」ということで、今月は「オクラ」を紹介します。ねばねばが特徴のオクラですが、このねばねばの正体は、ペクチンなどの「食物繊維」です。食物繊維は、おなかの中をそうじて、有害物質を外に出すはたらきがあります。今日は、スープにオクラを入れました。調理員さんが、「“ふわトロ”になるように!」と、卵を入れるタイミングなどを工夫して作っていただきました。正真正銘の「ふわトロスープ」が完成しました。子どもたちも、「このスープおいしい!」「オクラ入ってる!このつぶつぶしているのはオクラの種かな?」と、おいしく食べてくれていました。

それでは、また2学期にお会いしましょう。夏バテに気をつけて、楽しい夏休みをお過ごしください!