

★ 給食ブログ ★



2023年 6月 9日 (金)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- あじのフリッター
- 切干大根の煮物
- けんちん汁



< 給食ニュース >



今日の副菜は「切干大根の煮物」でした。切干大根は、大根を細く刻んで乾燥させた食材なので、うまみも栄養もギュッとつまっています。お腹の中のそうじをしてくれる食物繊維や、骨や歯を強くしてくれるカルシウム、高血圧を予防するカリウムなどの栄養が多く含まれています。

調理員さんが、味がよくしみこむように作ってくれた切干大根の煮物を、たくさんの子どもたちがおかわりをしていました。おかわりに何度も並んでいる人もいました。