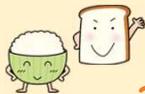


★ 給食ブログ ★



2023年 9月 11日 (月)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- 白身魚のフライ
- ひじきの煮物
- 豚汁



< 給食ニュース >



みなさんは、魚料理は好きですか？大好き！という人もいれば、ちょっと苦手…という人もいるでしょう。魚には、体をつくるもとになるたんぱく質はもちろん、DHA、EPAと呼ばれる健康に生きるために必要な脂質や、カルシウムなど、栄養がたっぷり含まれています。だから、給食にもいろんな魚料理が登場します。

魚がちょっと苦手…という人も、「フライなら食べられた!」「この味ならごはんには合うしパクパク食べられる!」といった経験はありませんか？魚がおいしいなど気づいたり、苦手を克服してもらえたらいいなど願いをこめて、調理員さんと一緒に、いろんな料理、味つけに出しています。今日の白身魚のフライはどうだったでしょうか？サクサクの衣と一緒においしく食べてくれたらうれしいです。