

食育ニュース

9月18日(水)

いとかんてん あ
糸寒天のカリカリ和え

シートをぬいて、
たれをませましょう。

平皿

ぎゅうにゅう
牛乳

あじてん
いかの味天

副菜皿

飯椀

ふよ
吹き寄せおこわ

いも ながねぎ しる
じゃが芋と長葱のみそ汁※

秋の紅葉が風で吹き寄せられたように、秋の味覚をたくさん使った料理に「吹き寄せ」の名が付けられます。その名の通り、今日のおこわには、栗・しめじ・エリンギの季節の食材が炊き込まれています。また、いかには、体の血液や筋肉を作るもととなるタンパク質が多く含まれます。毎日たくさんの勉強や運動をする中学生には欠かせない栄養ですので、しっかり食べましょう。



給食室の様子

9月に収穫されたばかりの新鮮な栗です。



※本日のみそ汁の具材として使用予定だった「里芋」は、先週の台風の影響で不作となったため、「じゃが芋」に変更となりました。ご了承ください。