

今日の給食

5月8日 火曜日

鮭ご飯 胡麻の小判焼き
野沢菜のごま炒め きのこと汁 牛乳

『野沢菜』は、カブナ的一种で信州で栽培されています。信州では、各家庭で栽培され晩秋に収穫し、師走にはいと漬物を仕込み始めます。寒くなり霜が当たることにより、軟らかい野沢菜に育ちます。野沢菜漬けを細かくきざみ、ごま油などで炒めたものは、信州でも定番のご飯のおともです。

『小松菜』や東京都特産の『のらぼう菜』と同じアブラナ科の野菜で、ビタミンA効力のあるカロテンやビタミンCなどを多く含みます。



石鹸でしっかり手を洗いましたか？
エプロン・三角巾・マスクをきちんと身につけていますか？
みんなの給食です!! スムーズな配膳ができるように、

みんなで協力して準備しましょう!!

◎今月の給食目標◎

「衛生面に気をつけて食事をしよう」