

今日の給食

10月4日 木曜日

栗ご飯 鱒の味噌漬け焼き 大根の甘酢煮
じゃが芋とわかめの味噌汁 牛乳

秋の味覚、栗の季節になりました。栗は5500年以上前の縄文時代の青森でも栽培されていたそうです。種実類に分類されますが、主成分がでんぷんなのでナッツよりもイモ類に近い食感です。渋皮には、タンニンが豊富に含まれ、抗酸化作用による生活習慣病の予防も期待されます。

今日の給食は、栗ご飯です。うるち米ともち米を少し加えておこわ風に炊いてあります。

前期給食委員の皆さんは今日の給食が委員としての最後の活動となります。お疲れ様でした。最後まできちんと活動し、後期へバトンタッチしましょう！！



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、

二学期も残さず食べよう!!

◎今月の給食目標◎

「協力して素早く準備にとりかかろう」