

今日の給食

10月21日 月曜日

カレーピラフ
春雨スープ

フレンチサラダ
牛乳

「カレーピラフ」は、炒めた米に鶏肉や人参、玉ねぎ、ピーマン等を入れスープで炊いて、カレー粉と塩、コショウで味付けしたものです。

「春雨スープ」に入っている『チンゲンサイ』は中国野菜のひとつで、アブラナ科の緑黄色野菜です。クセも少なく、調理もしやすいので、都市部でも栽培されています。β-カロテンやビタミンC、カルシウムを多く含んでいます。



二学期も残さず食べよう！！

◎今月の給食目標◎

「後片付けをきちんとしよう」