

今日の給食

11月26日 火曜日

炊き込み菜飯  
鶏肉と野菜の含め煮

いかのマリネ  
牛乳

含め煮は、あらかじめやわらかくした材料にかぶる位の煮汁を加えてゆっくり時間をかけて煮たり、火が通れば火を消して煮汁の中にそのままつけ込んで静置したりして、味を浸透させます。煮浸しよりもやや薄味にします。味の浸透に時間を要する材料のいも類や豆類をふっくら仕上げるのに適しています。味わって食べましょう。



**二学期も残さず食べよう！！**

◎今月の給食目標◎

「感謝の気持ちをもって食べよう」