

今日の給食

12月7日 月曜日

ご飯 豚肉と野菜の炒め煮 ちかのかわり漬け みかん 牛乳

今日は「ちか」という小魚を、油で揚げてから、玉ねぎ・しょうゆ・さとう・酢・ごま油を合わせた調味液に漬け込みました。骨ごと食べられるのでカルシウムもとることができます。よく噛んで食べましょう。おいしいので小魚が苦手な人もまずは一口、食べてみましょう。



◎12月の給食目標◎

「衛生面に気をつけて食事をしよう」

冬は、寒く乾燥するので感染症の流行しやすい季節です。

食事の前後は、せっけんを使ってしっかり手を洗いましょう。