

今日の給食

2月12日 金曜日

セルフヒレカツバーガー 白菜のスープ ブラウニーケーキ 牛乳

今日は豚のヒレ肉をつかった「ヒレカツバーガー」です。ヒレ肉は脂身の少ない赤身で、きめが細かい肉質です。1頭からとれる量が少ない部位なのでよく味わって食べてください。セルフバーガーなので、自分でパンを割って、ヒレカツとキャベツをはさんで食べます。白菜のスープに使用した「白菜」は、とり過ぎた塩分を排出する働きのあるカリウムを多く含んでいます。バレンタインデーが日曜日なので、デザートはブラウニーケーキを作りました。



◎2月の給食目標◎ 「しゃべらないで配膳しよう」

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。

食事中は、おしゃべりせずに、よく噛んで食べましょう。