

今日の給食

9月17日 木曜日

## ナスとトマトのパスタ りんごのボンファム風 牛乳

今日のパスタには、ナス・トマトの他に、みじん切りにしたセロリ・にんじん・たまねぎ・ズッキーニ・ししとうがらしなどの野菜が入っています。ナスの皮にはナスニンという抗酸化作用のあるポリフェノールが含まれていて、免疫力維持に役立ちます。りんごのボンファム風は食パンの上にもりんご・グラニュー糖・バター・シナモンをのせて焼きました。ボンファムとは「素敵な女性」の意味で、家庭的なフランス料理を表すそうです。



牛乳

ナスとトマトのパスタ  
麺：200g 多めです。  
ソース：190g おたま1杯分くらい

りんごのボンファム風

◎9月の給食目標◎  
「残さず食べよう」

**給食の前と後には、手をしっかり洗いましょう。**

※飲み終わった、牛乳パックは「リサイクルありがとう」と書かれた面の左側接着面に沿って開いていくと、無理なく長方形に開きます。