今日の給食

１月１８日　月曜日

味噌の香ごはん　わかさぎの南蛮漬け　飛鳥汁　牛乳

　わかさぎは、冬に最盛期を迎えます。小ぶりで、骨も柔らかく、頭から尾まで丸ごと食べることができるのでカルシウムをとることができます。今日は南蛮漬けにしました。
飛鳥汁は、1300 年前の飛鳥時代に宮廷に献上されていた牛乳を入れた鍋物がルーツだそうです。鶏肉と体を温める根菜が入り、栄養満点のおいしさです。

◎1 月の給食目標◎
「食文化について考えよう」

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。