

6月23日(金)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！

ごまドレサラダ

牛乳

豆腐のそぼろ丼

のっぺい汁

食材名

産地名

とりにく

宮崎

ぶたにく

埼玉

たまご

群馬

しょうが

高知

たまねぎ

香川

にんじん

千葉

さやいんげん

長崎

キャベツ

群馬

もやし

福島

しめじ

長野

ながねぎ

茨城

だいこん

青森

こまつな

東京

きゅうり

東京

今日の給食は「豆腐のそぼろ丼」に「ごまドレサラダ」と「のっぺい汁」です。

「豆腐のそぼろ丼」は水分をギュッと絞った豆腐に鶏ひき肉や野菜、卵などを炒めて作った戸山小特製の“豆腐そぼろ”をごはんの上にのせた丼ぶり料理です。ちなみに“そぼろ”と言うとひき肉だけで作ることが多いのですが、今日はさらに豆腐を加えて作っているので、（普通のそぼろよりも）**高タンパク質&ヘルシー**で栄養バランスも◎となっています！

「ごまドレサラダ」も「のっぺい汁」も野菜たっぷり、栄養もたっぷりなので、たくさん食べてくださいね😊

今日も蒸し暑い1日となりそうなので、水分補給を忘れずに！給食もしっかりと食べて、来週も元気に登校しましょう♪