

9月 4日 (月)

# 今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！

パリパリもやしサラダ



はちみつレモントースト

キャベツの豆乳シチュー

食材名	産地名
とりにく	宮崎
にんにく	青森
たまねぎ	北海道
にんじん	北海道
キャベツ	長野
じゃがいも	北海道
もやし	栃木
だいこん	北海道
きゅうり	千葉
レモン	高知

セミから秋の虫の鳴き声に代わり、ようやく朝晩涼しく秋風さわやかな季節になりました。

今日の給食は「はちみつレモントースト」に「キャベツの豆乳シチュー」と「パリパリもやしサラダ」です。

「はちみつレモントースト」はバターに“はちみつ”と“レモン”を混ぜ合わせ、パンに塗って焼いたシンプルなトーストですが、“はちみつ”も“レモン”も疲労回復効果があるため、夏の暑さで疲れている人にはピッタリの1枚です。

「キャベツの豆乳シチュー」は今が旬の高原キャベツと体にもよい豆乳をたっぷりと入れたヘルシーシチューです。

今週も元気に楽しい毎日がすごせるよう、今日もモリモリとたくさん食べてくださいね😊