

9月 4日(月)

今日の給食

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

★今日の食材の産地★

食材名

とりにく
にんにく
たまねぎ
にんじん
キャベツ
じゃがいも
もやし
だいこん
きゅうり
レモン

産地名

宮崎
青森
北海道
北海道
長野
北海道
栃木
北海道
千葉
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☺