

お皿の位置に注意しよう!



食材名

産地名

さけ
とりささみ
たまご
にんにく
しょうが
にんじん
レタス
ながねぎ
たまねぎ
もやし
キャベツ
こまつな
たけのこ
にら
こだますいか

チリ
鹿児島・宮崎
茨城
青森
高知
千葉
長野
茨城
愛知
栃木
長野
東京
熊本
茨城
茨城

今日の給食は「さけとレタスのチャーハン」に「バンバンジーサラダ」と「春雨スープ」「小玉すいか」です。

「さけとレタスのチャーハン」は、旬のレタスを入れ、シャキシャキとした食感と、鮭のオレンジ色・たまごの黄色に黄緑色が加わった、味も見た目も楽しめるチャーハンとなっています。

「バンバンジーサラダ」は、中華料理の『棒棒鶏(バンバンジー)』をイメージし、野菜の上にとり肉をのせ、特製のごまだれをかけて食べる栄養満点のサラダです。

今週からプールも始まるので、しっかりと食べて体力とスタミナをつけましょう! ※水分補給も忘れずに※