1月15日（月）　✿ 今日の給食 ✿

お皿の位置に注意しよう！　※2ページ目に6年生が書いた絵があります。

★今日の食材の産地★

食材名	産地名
さけ	チリ
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
ぶたにく	埼玉・群馬
しょうが	高知
にんじん	茨城
こまつな	東京
キャベツ	愛知
もやし	福島
だいこん	東京
ごぼう	埼玉
だいこん	東京
ながねぎ	栃木
のり	熊本
わかめ	岩手

今日の給食は6年生考案献立第2弾！「ごはん＆のりの佃煮」に「鮭の照り焼き」と「わかめサラダ」「豚汁」です。

『栄養バランスのよい食事（献立）』を学んだだけあって、和食の基本である“一汁三菜”の栄養満点の献立です☺

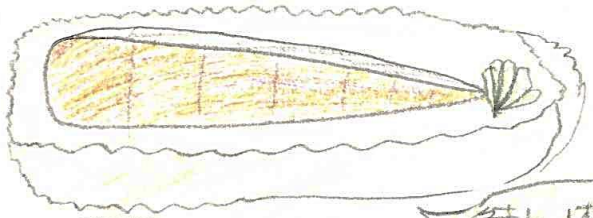
白いごはんにピッタリの「のりの佃煮」は海苔やしょうゆ・砂糖などをコトコトと煮詰めて作った手作り佃煮です。

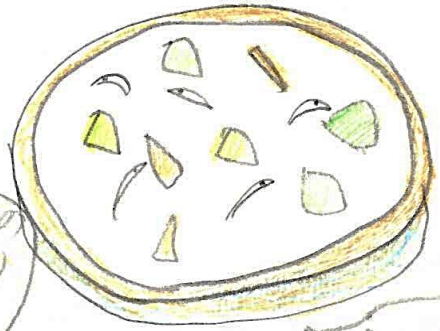
ちなみに、わざわざ作り方を聞きに来てくれる人もいるほど人気なのでＨＰの**おすすめレシピ**にも載せてあります✿

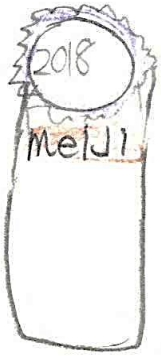
のりの佃煮だけでなく「鮭の照り焼き」や「豚汁」も白いごはんとの相性もバツグンなので、ごはんが苦手な人もモリモリと食べられるはずですよ。「わかめサラダ」もじゃこ入りでおいしくて栄養満点です☺

インフルエンザや風邪が流行っているので、しっかりと食べて病気の負けない体をつくりましょう！！

心からあったまる!!おいしいメニュー







鮭と野菜のあえもの
酢っぱさがなくさっぱりしています。鮭の塩味で食べます。

のりのつくだに
ご飯!!
少ないおかずで味がでる。
とてもおいしいです。

シャキシャキじゃこわかめサラダ
じゃこわかめとドレッシング全てが上手くまざっておいしいです。

ここがポイント!!
サラダとご飯そして鮭。
冬だからあまり体が温かくならない。
そこで豚汁を入れました。豚汁は旬の食べ物をたくさん入れた冬にぴったりの食べ物です!!

ほかほか豚汁!!
たくさんの具材が入っていて栄養がほっふく!!