

5月30日(水)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
とりにく	宮崎
にんにく	青森
たまねぎ	佐賀
にんじん	徳島
しめじ	長野
パセリ	長野
キャベツ	兵庫
きゅうり	群馬
もやし	栃木
いんげんまめ	北海道
みかん	九州

今日の給食は「クリームスパゲッティ」に「野菜サラダ」と「冷凍みかん」の栄養満点メニューです。

「クリームスパゲッティ」はスパゲッティの上から特製のクリームソースをかけた給食でも人気のメニューです。

ちなみに、戸山小ではクリームソースのベースとなる“ホワイトソース(ベシャメルソース)”はバター・小麦粉・牛乳などから手作りしています。また、気付かず食べている人も多いのですが、実は、いんげん豆をつぶしたペーストも加えているので栄養も満点で、豆が苦手な人でもペロッと食べられてしまうはずですよ!

もちろん! 「野菜サラダ」や「冷凍みかん」もビタミンなどの栄養がたっぷり入っているのでペロッと食べてくださいね☺

今日から少し天気の悪い日が続きそうですが、給食をしっかりと食べて毎日元気にすごしましょう☆