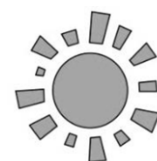


令和4年 9月9日(金)



今日の南中給食



メニュー【カミカミデー】

- はつがげんまい
・発芽玄米ご飯
- あます
・小魚の甘酢かけ
(1人10本くらい)
- ・肉じゃが
- ・味噌汁
- ・牛乳



本日は台拭き回収日です。
給食終了後、ワゴンに返却してください。

今日の栄養メモ

今日の給食は、小魚の甘酢かけです。「ちか」は、わかさぎによく似た魚で水温の低い北海道でその姿を見ることができます。大きさは18cm前後で、頭から骨まで食べられるたんぱくな白身魚です。小魚は甘酢に絡めて食べてくださいね。

また、肉じゃがはじゃがいも、にんじん、玉ねぎ、糸こんにゃく、ちくわなど具沢山な副菜になっています。一般的には牛肉を入れることが多いですが、給食では豚肉を使用しています。

たくさん食べて午後も授業がんばりましょう！