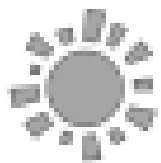
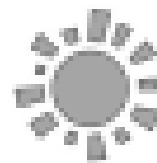


令和4年 11月 21日(月)



今日の南中給食



メニュー【旬の野菜献立】

- ・カレーピラフ
- ・ジャーマンオムレツ
- ・スティック野菜
- ・白菜スープ
- ・牛乳



今日の栄養メモ

今日の給食は、カレーピラフです。ピラフは炒めた米を様々な具とともに出汁や香辛料を加えて炊いた料理です。今日のピラフには鶏肉やマッシュルーム、玉ねぎなどが入ってます。ターメリックなどの香辛料も使っているので、本格的なカレーピラフを堪能してくださいね。

そして、今日の「旬の野菜献立」は、白菜スープです。白菜の旬は、10~2月頃の秋から冬にかけてです。寒くなると白菜は自身が凍らないように糖分を蓄えるようになるため、旬の白菜は甘みを増して一層おいしくなります。今日も給食をしっかりと食べましょう！