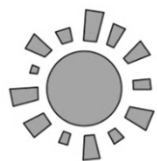
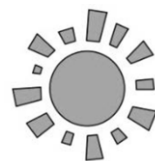


令和4年 12月 22日（木）



今日の南中給食



メニュー【^{とうじこんだて}冬至献立】

- ほうとうどん
- ^{みすな}水菜とツナの和え物
- 焼きおにぎり
- 牛乳



今日の栄養メモ

今日は、^{とうじこんだて}冬至献立でほうとうを提^{ていきょう}供しています。冬至とは、太陽が^{もっと}最も^{いち}低い位置にあり、1年で最も夜が長く昼が短い日です。

ほうとうは、平たい^{めん}麺をたっぷりの具材と共に味噌仕^{みそじた}立ての汁で煮^{にこ}込んだもので、誰もが知る山梨^{やまなしけん}県の代表的な郷土料理^{きょうどりょうり}です。

具材は、^{さといも}里芋やかぼちゃ、にんじんや玉ねぎ、とり肉^{えいようか}で栄養価も高く、満足^{まんぞくかん}感のある1品です。今日のほうとううどんは、具と汁がメインのものになるので、麺は少なめになります。