

令和5年 2月 13日(月)



# 今日の南中給食



## メニュー

- ・ご飯
- ・親子煮おやこに
- ・お浸しひた
- ・すまし汁
- ・牛乳



### ※お願い

親子煮のアルミカップですが、食べ終わったカップは透明の袋に重ねて入れて返却してください。残した場合は、食缶に中身を出してカップを袋に入れるようにしてください。透明の袋は、トレーのかごに入っています。

## 今日の栄養メモ

今日の給食は、親子煮おやこにです。親子煮は、とり肉やたまねぎを炒めたものをアルミカップに入れ、卵をそそいで蒸し焼きにした料理です。今日の給食の親子煮は、どうしてこのような名前がついているかわかりますか？これは親であるにわとり、つまりとり肉と子である卵たまごが一緒に入っているからです。どちらもたんぱく質が多く入っていて、筋肉や血をつくるもとになります。すまし汁は、はんぺんやお麩ふをいれたすまし汁です。今日のお麩は、花麩はなふを使っているので彩りいろどが華やかなすまし汁になっていますよ。

