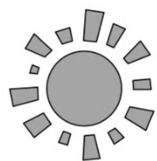
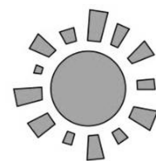


令和5年 2月 16日(木)



今日の南中給食



メニュー

- ・ご飯
- ・魚の麦みそ焼き
- ・煮びたし
- ・つみっこ
- ・牛乳



今日の栄養メモ

今日の給食は魚の麦みそ焼きです。鮭を麦みそで漬け込み、鉄板に並べてスチームコンベクションオーブンで焼きました。

麦は押し麦という、大麦を平たく加工したもので食物繊維は白米の17倍あり、ミネラルやビタミンも含んでいるので健康によいといわれています。

つみっこは、たくさんの野菜と小麦粉を水で練って作った生地が入った埼玉県の郷土料理です。なぜ、つみっこという名称は、

「つみとる」という本庄地方の方言で、小麦粉を水で練った生地を

「つみとる」ようにちぎって鍋に入れたことから、この名前がつけられたようです。