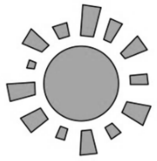
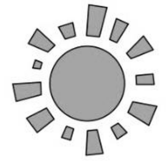


令和5年 3月 1日(水)



# 今日の南中給食



## メニュー

- さんしょく 三色ピラフ
- タンドリーチキン
- にんじん 人参サラダ
- オニオンスープ
- はっさく
- 牛乳



## 今日の栄養メモ

今日の給食は、タンドリーチキンです。タンドリーチキンは、ヨーグルトやカレー粉、すりおろした玉ねぎやにんにくで漬<sup>つ</sup>けこみ、オーブンで焼いて作りました。タンドリーチキンのタンドリーという名前は、インドで使われる「タンドール」という土の釜<sup>かま</sup>を使って焼くことからつけられたそうです。

はっさくは、1月中<sup>ちゅうじゆん</sup>旬<sup>げじゆん</sup>から4月下旬<sup>しゆん</sup>までが旬<sup>かんきつ</sup>の柑橘<sup>かんきつ</sup>です。

上品な甘<sup>さんみ</sup>さとほどよい酸<sup>とくちようてき</sup>味が特徴<sup>かにく</sup>的で、果肉<sup>かにく</sup>は歯<sup>かにく</sup>ごたえがあります。

今日もしっかり給食を食べましょう。