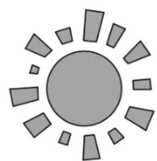
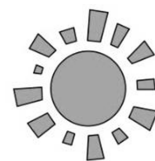


令和5年 3月 9日(木)



今日の南中給食



メニュー

- ご飯
- ^{だいず}大豆ハンバーグ
- ^ゆ茹で野菜
- ジャガイモとベーコンスープ
- 牛乳



今日の栄養メモ

今日の給食は^{だいず}大豆ハンバーグです。大豆ハンバーグは、みじん切りにした大豆をひき肉や玉ねぎなどと一緒に合わせて^{せいけい}成形し、オーブンでしっかり焼き上げて作りました。皆さんは、大豆が「^{はたけ}畑の肉」といわれていることを知っていますか？大豆には肉に負けなぐらい^よ良いたんぱく質が多く^{ふく}含まれているため、このように呼ばれています。さらに、大豆は肉には含まれていない食物せんいも多く含んでいます。食物せんいは、お腹の中を^{そうじ}掃除してくれます。しっかり食べましょう！