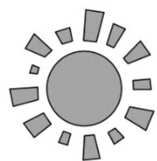
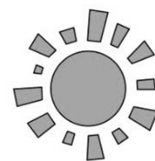


令和5年 3月 22日(水)



今日の南中給食



メニュー

- わかめご飯
- ひょんりん^{けい}鶏
- 野菜のごま和え^{いなかじる}
- 田舎汁^{きよみ}
- 清見オレンジ
- 牛乳



今日の栄養メモ

今日の給食は、ひょんりん^{けい}鶏です。ひょんりん鶏とは、鶏肉を卵^{たまご}にくぐらせ、片栗粉をまぶして揚げた中華風唐揚げです。

鶏肉^{したあじ}の下味には、ごま油やしょうゆを使っているため、香ばしくしっかりとした味付けになっています。

清見オレンジ^{きよみ}とは、みかんとオレンジを掛け合わせて作られた品種^{ひんしゅ}

です。生まれは静岡県^{しずおかけん}ですが、愛媛県^{えひめけん}や和歌山県^{わかやまけん}、広島県^{ひろしまけん}などで

たくさん作られています。果肉は種^{たね}が少なく柔らかく、果汁も

多くみずみずしいのが特徴^{とくちょう}です。旬^{ちゅうじゆん}は、2月中旬^{ちゅうじゆん}から4月上旬^{じょうじゆん}頃です。今が一番おいしい清見オレンジを良く味わって食べましょう！