令和５年　４　月　１１　日（　火　）

今日の南中給食

<u>メニュー</u>

- きざみきつねうどん
- じゃこ入り茹(ゆ)で野菜
- よもぎもち（１人２個）
- 牛乳

今日の栄養メモ

今日のきざみきつねうどんの油揚げは、しょうゆや砂糖などの調味料で味が染(し)み込(こ)むまで煮(に)込(こ)んで作りました。別だしなので、うどんの上にのせて一緒に食べてくださいね。

おもちは春の香りのするよもぎの葉(は)を練(ね)り合わせて蒸(む)して作りました。よもぎには、腸(ちょう)の働きを活発(かっぱつ)にする食物繊維(しょくもつせんい)や免疫力(めんえきりょく)を高めるビタミンＡを多く含んでいます。今日は１人２個づけになります。

配膳(はいぜん)、まちがえないようにお願いします！