令和５年　９　月　２８　日（　木　）

今日の南中給食

メニュー

- ご飯（しゃもじ）
- 中華風卵焼き（トング）
- きゅうりの南蛮漬け（ぎざお玉
- 中華白菜スープ（大お玉）
- 梨（手袋）
- 牛乳

今日の栄養メモ

今日は中華風の献立です。たけのこや豚ひき肉などの具がたくさん入った卵焼きに、甘酢あんをかけています。給食の卵焼きは、具を炒めて味を付け、卵に混ぜてから、四角い鉄板に流して、スチームコンベクションで焼いて、調理員さんがそれを四角く切り分けます。

今日は中野区連合陸上大会ですね。3年生は全員、１，2年生は選抜メンバーが参加しています。みんながんばっているでしょうか？明日は健闘を称えたいですね。