

令和4年 6月 1日(水)



今日の南中給食



メニュー

- はっほうめん
・八宝麺
- ・じゃこ入り茹で野菜
- ・ポテトドッグ
- ・牛乳



今日の栄養メモ

はっほうめん はっほうさい
八宝麺は、八宝菜のあんを中華麺にかけたあんかけ焼きそばです。

豚肉、えび、いか、うずらたまご、玉ねぎ、にんじん、キャベツが入った具たくさんのでんです。しっかり食べて、運動会にむけてスタミナをつけていきましょう。

ポテトドッグは、じゃがいもを蒸かしたものに衣をつけ油で揚げて作りました。じゃがいもには果物と同じようにビタミンCが豊富に含まれています。ビタミンCは疲れている体を元気にするのに役立っています。今日も味わって食べましょう！