

令和6年 10月 21日(月)



今日の南中給食



メニュー

- ご飯
- つくねの照り焼き
- 大根とちりめんじゃこのサラダ
- なすと玉ねぎみそ汁
- 牛乳



今日の栄養メモ

夏^{なつび}日^だった先^{せんしゅう}週^{くら}に比^ひべ、一^{いっ}気^きに冷^{ひや}え込^こみまし^た。皆^{みな}さん、体^{たい}調^{ちょう}は大^{だい}丈^{じょう}夫^ぶですか？しっ^きかり給^{きゅう}食^{しょく}を食^たべ、体^{からだ}を中^{なか}から温^{あたた}めてください。

今日^{きょう}の献^{こん}立^{だて}のつくね焼^やきの「つくね」は、手^てでこねるとい^う意味^いの「つくねる」とい^う動^{どう}詞^しが語^ご源^{げん}です。名^な前^{まえ}の通^とり、手^てでこねてつ^くっていま^すが、今日^{きょう}は、鶏^{とり}ひき肉^{にく}をベ^べースに、豆腐^{とう}や高^{こう}野^や豆腐^{とう}、ごぼ^ごうな^などをね^ねりこ^こんでつ^くってオーブ^あンで焼^やいて、甘^{あま}辛^{から}い照^てり焼^やき風^{ふう}のあん^{あん}をか^かけまし^た。豆腐^{とう}や高^{こう}野^や豆腐^{とう}を入^いれること^{こと}で、カルシ^きウム^うも強^き化^{ょう}していま^す。