

令和6年 10月 25日(金)



今日の南中給食



メニュー

- ・ターメリックライス
(しゃもじ)
- ・ごぼう入りキーマカレー
(大お玉)
- ・ハニーポテトサラダ
(ぎざお玉)
- ・みかん(手袋)
- ・牛乳



今日の栄養メモ

サラダの配膳注意!!

お皿のわりに、量が少なめです。配膳注意してください。

今日の給食は、ごぼうを入れたキーマカレーをターメリックライスにかけて食べるメニューです。スパイスは食欲を刺激し、内臓の働きを促すので、疲れた脳と体の回復を早めてくれます。

ハニーポテトサラダのドレッシングには「はちみつ」が使われていますが、「はちみつ」は人類最古の甘味料と言われ、養蜂の起源は古代エジプト時代といわれています。日本では飛鳥時代の文献に登場し、奈良時代には養蜂が行われていたという記録があります。

美味しいだけでなく栄養豊富で健康にも良いはちみつは、昔の人にとって貴重な食品だったようです。