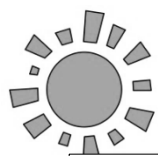


令和6年 11月 25日(月)



今日の南中給食



きせつ こんだて
季節の献立

メニュー

- さつま芋ご飯 (しゃもじ)
- さわらのもみじ焼き (手袋2枚)
- ひじきと野菜和え物 (ぎざお玉)
- 貝だくさんみそ汁 (お玉)
- 牛乳



今日の栄養メモ

注意!! 今日の魚には骨が多いです。注意してください。

今年は、残暑が長く、なかなか涼しくなりません。紅葉は
気温が一気に下がることによってきれいに発色します。今年の紅葉は
例年よりだいぶ遅かったですね。紅葉をイメージした「もみじ焼き」は
普通だと季節外れですが、今年はこの時期でちょうどよかったよう
です。人参のすりおろしとマヨネーズを混ぜて、「さわら」という魚に
塗ってオーブンで焼きました。さつま芋は、今年も豊作のようです。
ビタミンCや食物せんいがしっかりとれるため、給食でも、秋は
よく使用します。今日は、ご飯に炊き込みました。
冷たい風に負けないようたくさん食べて体を温めましょう。