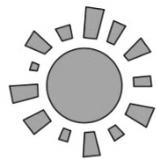
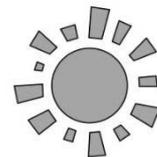


令和6年 12月3日(火)



今日の南中給食



メニュー

- ココア^あ揚げパン (手袋)
- ^{かみ}※紙ナプキン1人1枚
- ^{ふゆ}冬のシチュー (お玉)^{たま}
- ^いビーツ入りキャロットサラダ^{たま}
(ぎざお玉)
- 牛乳



注意!!

揚げパンのペーパーは、入っていた袋に戻して下さい。

今日の栄養メモ

今日の^{きょう}ビーツ^{びーつ}入り^{いり}サラダ^{さらだ}の、ビーツは東京都の多摩地域で収穫されたものです。鮮やかな赤い色はポリフェノールという色素で、ほうれん草の根元の赤い色と同じ成分で栄養価が高いです。その栄養価の高さから、最近注目されている野菜です。

揚げパンは、ココア味にしました。ピュアココアと、砂糖を合わせて、からっと揚げたコッペパンにまぶしています。きなこやココア、抹茶などいろいろなバリエーションがありますが、皆さんはどの味が好きですか？