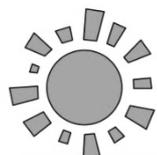
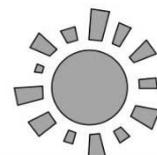


令和7年 1 月 14 日 ( 火 )



# 今日の南中給食



## メニュー

- ・スパゲティアラビータ  
(麺・トング ソース・大お玉)
- ・コールスローサラダ  
(ぎざお玉)
- ・こうちゃ紅茶ケーキ (手袋)
- ・ぎゅうにゅう牛乳



## 今日の栄養メモ

アラビータソースはお玉にたま軽めにかる一杯いっぱいです。  
カレーのようにたくさんかからないので  
ちゅうい注意してくだ下さいね。

今日は少しすこし暖あたたかいですね。スパゲティアラビータは「アラビア風ふうの」  
という意味で、ピリい辛からのトマトソースで食たべるパスタです。

カイエンペッパーという香辛料こうしんりょうで辛からみをつけていますが、少しょうりょう量りょうの  
使用しょうでも辛からみが強つよくなります。給食きゅうしょくなので、様ようす子みを見ながら、辛からみを  
調ちょうせつ節せつしました。紅茶ケーキは、卵たまごを使つかわず、ベーキングパウダーで  
ふくらませたケーキです。アールグレイ茶葉ちやばの香かおりが生いきています。

今週こんしゅう終おわりごろ、また急きゅうに寒さむくなるようです。しっかたり食たべて、  
体からだの調ちょうし子を整ととのえましょう。