

# 1月22日(火) の給食

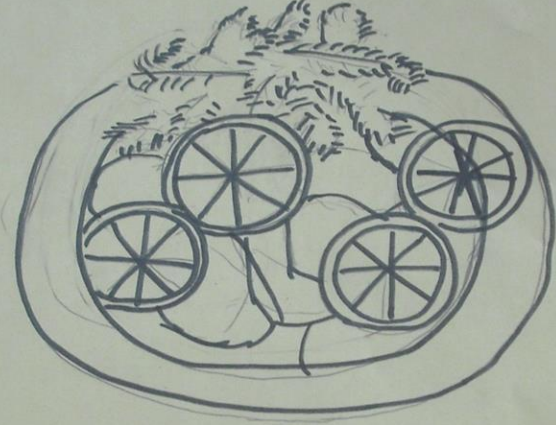


## 献立

献立	材料
ごはん	米
レモンチキン	鶏もも肉 塩・こしょう しょうが 片栗粉 しょうゆ 砂糖 レモン汁 塩・こしょう タカノツメ
切干大根と ブロッコリーの サラダ	切干大根 ブロッコリー コーン すりごま マヨネーズ 塩・こしょう しょうゆ
キャベツの ゆかり和え	キャベツ 水菜 ゆかり しょうゆ
フルーツかん	シロップ みかん もも 寒天 砂糖 水
クラム チャウダー	じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ あさり バター 牛乳 コンソメ 塩・こしょう パセリ



## レモンチキンについて



「肉は健康に悪い」と考える人がいるが、食肉は貴重なたんぱく源である。食肉の主な成分は水であり、他にタンパク質、脂質、無機質、ビタミンなどで構成される。