

2月3日(月)の給食

802kcal



献立	材料
ごはん	米
サーモンフライ	鮭 塩・こしょう 天ぷら粉 パン粉 油 ゆで卵 ピクルス 粒マスタード マヨネーズ ケチャップ 塩・こしょう
やみつき キャベツ	キャベツ 花切り大根 ごま油 塩・粒こしょう にんにく・しょうゆ ガラスープの素
ツナポン和え	きゅうり 白菜 ツナ ポン酢
みるくプリン	牛乳 生クリーム 砂糖 アガー バニラエッセンス パイン
にゅうめん	そうめん 青梗菜 白湯スープ 塩・粒こしょう



にゅうめん

発祥の地は奈良県、
 時期は非常に古く、
 室町時代と言われています。
 冬は温かく、夏は冷やして
 季節の具材を乗せて食べましょう!

サーモン

疲労回復に働きがあるタウリンや
 エネルギーを作るビタミンB1など、
 他にも体にいい
 栄養がたっぷり
 含まれています