

# 10月12日(火)の給食

921kcal!



## 献立

献立	材料
ごはん	米
ミートローフ	豚ミンチ 塩・こしょう 卵 パン粉 牛乳 玉ねぎ にんじん グリーンピース コーン ケチャップ 砂糖 中濃ソース 濃口しょうゆ
野菜炒め	キャベツ もやし ピーマン 油 塩麹 塩・こしょう 薄口しょうゆ
ごまマヨ サラダ	れんこん かにかま 枝豆 すりごま マヨネーズ 薄口しょうゆ
コロコロ野菜 のスープ	大根 にんじん さやいんげん コンソメスープ
桃ゼリー	塩・粒こしょう 桃ジュース アガー 砂糖 水



## れんこんについて



れんこんに穴があるのはなぜ?

.....  
[酸素を取り入れるため]

れんこんの穴は、れんこんが呼吸をするために開いています。れんこんは「蓮田(はすだ)」という泥沼の中で育ちますが、酸素を取り入れるために水上の葉とつながっており、穴を通して酸素を取り込んでいるのです。

