

10月15日(金)の給食



768 kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
肉じゃが	豚ももスライス じゃがいも 玉ねぎ にんじん 枝豆 糸こんにゃく 和風だし 酒 みりん 砂糖 濃口しょうゆ
きゅうりの キムチ和え	きゅうり 白菜 キムチ キムチの素
ツナサラダ	ブロッコリー キャベツ ツナ 薄口しょうゆ ごま油 砂糖 酢 塩
アセロラ ゼリー	アセロラジュース アガー 砂糖 水



キムチ について



- キムチは元々は保存食であり、野菜を塩漬にしたものから始まった。
これにトニクやサショウを加えるようになったものがキムチの原型である。
- 唐辛子の強い刺激、野菜の甘味、酸味・苦味、塩辛さが複雑に混じりあつた風味が特徴である。
- 本来の製法で作られたキムチは発酵食品であり、乳酸菌やビタミンが豊富である。