

# 10月5日(木)の給食

734kcal

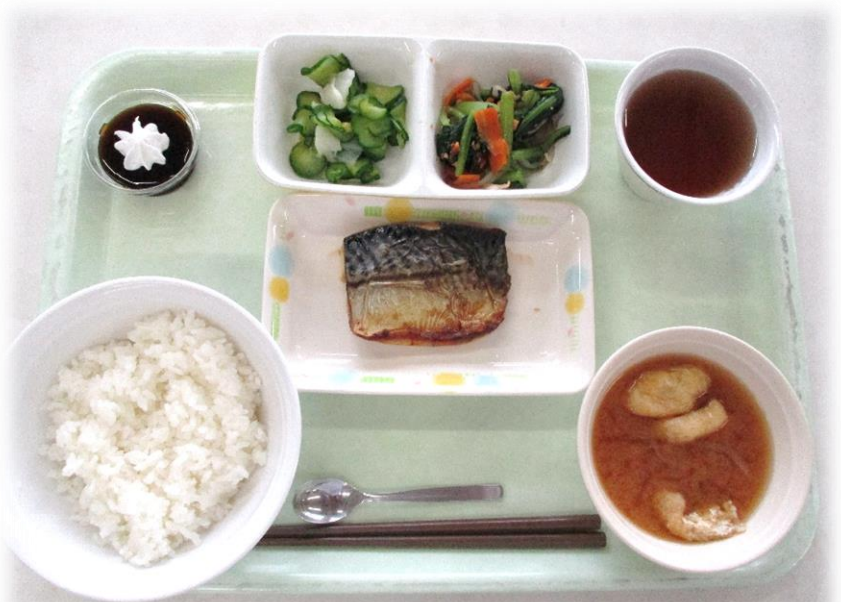


献

立



献立	材料
ごはん	米
鯖の塩焼き	鯖 塩・こしょう 薄口しょうゆ すだち果汁
きゅうりの浅漬け	きゅうり 白菜 塩 砂糖 和風顆粒だし
小松菜のくるみ和え	小松菜 にんじん もやし くるみ 薄口しょうゆ 砂糖
みそ汁	じゃがいも 玉ねぎ 油揚げ 和風だし みそ
コーヒーゼリー	コーヒー アガー 砂糖 水 ホイップクリーム



小松菜



- 小松菜という名前は、江戸時代徳川吉宗が名付けたと言われる。
- 見た目が似ているホウレンソウと比較するとカルシウムは5倍以上含まれている

