

# 1月23日(火)の給食



788kcal

## 献立

献立	材料
ごはん	米
鶏のみぞれ煮	鶏もも肉 片栗粉 大根 和風だし 薄口しょうゆ みりん
にんじんのツナマヨサラダ	にんじん きゅうり ツナ マヨネーズ 塩・粒こしょう
お野菜のおひたし	ほうれん草 白菜 えのき 和風だし 砂糖 薄口しょうゆ
みそ汁	木綿豆腐 しいたけ 青ネギ 和風だし みそ
蒸しパン	HM さつまいも たまご 牛乳 砂糖 サラダ油



### 白菜について



キャベツの旬は、11～2月で冬が旬。  
白菜のほとんどが水分(約95%)  
英語で「チャイニーズ・キャベツ」とも言われる  
よかに中国が原産の野菜