

6月25日(火)の給食

706 kcal



献立



献立	材料
ごはん	米
麻婆なす	豚ミンチ 生姜・にんにく 長ねぎ なす にんじん 豆板醤・甜麵醬 みそ 鶏ガラスープ 砂糖・酒 濃口しょうゆ 片栗粉・ごま油
キャベツの 甘酢和え	キャベツ もやし 油揚げ 酢 砂糖 薄口しょうゆ
カラフル 野菜炒め	黄パプリカ 赤パプリカ 玉ねぎ ウインナー にんにく オリーブオイル 塩・こしょう コンソメ顆粒
しいたけの お吸い物	しいたけ 麩 かいわれ大根 和風だし 薄口しょうゆ 塩
杏仁豆腐	牛乳 アガー 砂糖 水 アーモンドエッセンス



カイワシ大根



ビタミンCが豊富！ピリッと辛い カイワシ大根

- ・カイワシ大根はアブラナ科の 緑黄色野菜 で ビタミンCが豊富 に含まれています。
- カイワシ大根特有のピリッとした辛みは、イリチアジズネート という成分によるものです。
- イリチアジズネートはアブラナ科の野菜に含まれる ファイトケミカル の一種です。

