

10月6日(火) の給食

818kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
照り焼きチキン	鶏もも肉 片栗粉 酒 濃口しょうゆ みりん 砂糖
彩りツナサラダ	きゅうり 赤パプリカ 黄パプリカ ツナ マヨネーズ 塩・こしょう しょうゆ
きのこと青菜のおひたし	小松菜 しめじ 和風だし 薄口しょうゆ みりん
豆腐とわかめの味噌汁	木綿豆腐 わかめ みそ 和風だし
すだちゼリー	すだちジュース アガー 砂糖 水



パプリカ

について

ピーマンとパプリカには違いがあります。日本では成熟する前に収穫したものをピーマン、成熟してから収穫したものをパプリカと呼んでいます。

栄養素はピーマンの約2倍!!

