

9月17日(木)の給食



784kcal



献立

献立	材料
ごはん	米
八宝菜	豚もも肉 豚バラ肉 白菜 たけのこ にんじん きくらげ うずらの卵 えび・いか 塩・こしょう 濃口しょうゆ・酒 砂糖 鶏ガラスープ 片栗粉 ごま油
さつまいものハニーマスタードサラダ	さつまいも チーズ はちみつ 粒マスタード 酒 薄口しょうゆ マヨネーズ
さっぱり中華和え	キャベツ えのき 中華ドレッシング
オレンジゼリー	オレンジジュース アガー 砂糖 水



さつまいもについて



さつまいもは栽培が簡単でやせた土地や悪天候の中でも育ち収穫が安定している
ので多くの飢えと命をつないできた優秀な野菜です。

体を動かす力や体温を保つものになるでんぷんをたくさんふくんでいます。

体の調子を良くするカロチンやビタミン類もふくんでいます。