

給 食 通 信

3月18日（火）

今日の給食は
『ちゃんぽんうどん、
ちくわの2色揚げ、
ごま和え、牛乳』 です。

主に体の組織をつくる食品は、
牛乳、青のり、豚肉、かまぼこ、
さつま揚げ、ちくわ、卵 です。

主に体の調子を整える食品は、
にんじん、チンゲンサイ、小松菜、にんにく、
キャベツ、ねぎ、もやし、しょうが です。

主にエネルギーとなる食品は、
うどん、小麦粉、砂糖、コーン、油、
白いりごま、白すりごま、白ねりごま です。

ちくわの2色揚げは、衣に青のりを混ぜた磯辺揚げと、
カレー粉を混ぜたカレー揚げの2種類です。ちくわの
うま味と、青のり、カレー粉の香りがとてもおいしいです。
給食室で衣をつけていただいています。
感謝の気持ちをもって、いただきましょう。

放送担当は 年 組 でした