

令和7年12月23日(火)の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・チキンカツ
- ・野菜ソテー
- ・ごまみそ汁
- ・牛乳



ごまは小さな種ですが、栄養がぎっしり詰まっています。昔から「健康にいい食べ物」として使われてきました。この油は、血液をサラサラにする働きがあります。硬い殻があるので、すりごまや練りごまにすると栄養が取りやすいです。、おいしく感謝して食べました。

今日のチキンカツは、給食室で手作りしました。やわらかくおいしくできました。