

令和8年3月16日(月)の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・とり肉のごまてり焼き
- ・塩こんぶあえ
- ・具だくさんみそ汁
- ・牛乳



他のメニューで不足しがちな食材を具だくさんみそ汁に入れていきます。

野菜やたんぱく質(豆腐・油揚げ・肉・魚)、海そう類、きのこ類も取り入れやすいです。

1杯でいろいろな栄養をまとめてとれるのがポイントです。

また、具が多いほど食材のうまみがでて満足感がアップするのでみそは少なめでもおいしいです。