

4月28日(水)

ご飯

魚の香味焼き

野菜のごまかけ

かきたま汁

豆乳寒天黒蜜きなこかけ

牛乳

豆乳寒天黒蜜きなこかけ 豆乳の寒天に黒蜜と

きなこをかけたデザートです。黒蜜に使う、黒砂糖は、普段使っている白い砂糖に比べて、塩分の排出を助けるカリウムや、骨の基となるカルシウム、血液の基になる鉄分を多く含み、味に深みがあるのが特徴です。

生姜 : 高知
にんにく : 青森
長ねぎ : 千葉
小松菜 : 埼玉
キャベツ : 千葉
にんじん : 静岡
もやし : 栃木
シルバ - : ニュージーランド
たまご : 青森