



ランチタイムズ



今日のこんだて

ゆかりごはん

しろみざかなに
白身魚のあずま煮

やさいあ
ゆで野菜からし和え

じる
もずくかきたま汁

ぎゅうにゅう
牛乳

ゆでやさいあ
茹で野菜からし和え

サーバー
野菜、タレを和える
白身魚のあずま煮
トング; 一人**1**個



ゆかりごはん
しゃもじ
サラダボウル

もずくかきたま汁
おたま
ちやわん



暖かい地域で採れる海藻「もずく」



今日のかきたま汁に入っている「もずく」は温かい海で生きている海藻で、日本では主に沖縄県で育っています。さんご礁やほかの海藻にくっ付いて育つので、海藻という意味の「藻」に「付く」から「もずく」という名前になったそうです。体が成長するのに欠かせないミネラル、お腹の中をきれいにしてくれる食物繊維が含まれています。

本日の食材料出身地

今日使用している材料は、ここで生産されました。



きのうののこ ぜんとうぶん 昨日の残り (全校分)

滝野川ごぼうのちらしずし

にんぶん
52人分(9.9kg)

すいとん汁 16人分(2.5kg)

にんぶん
果物(さくらんぼ) 24人分(0.1kg)

ぎゅうにゅう
牛乳 21本