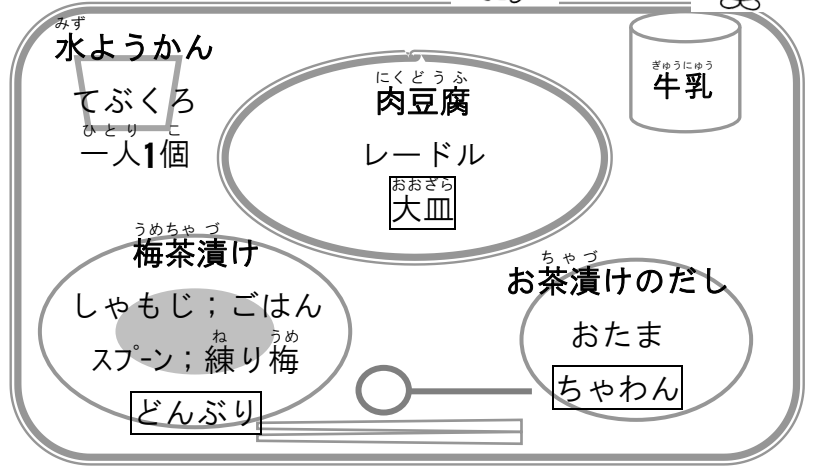




ランチタイムズ



きょう
今日のこんだて
うめちやづ
梅茶漬け
にくどうふ
肉豆腐
みず
水ようかん
ぎゅうにゅう
牛乳



※お茶漬けのもりつけ方

どんぶりにごはんをもり、練り梅をのせる

ちやわんにだし汁をもりつける。

「いただきます」をして食べる時にごはんにだし汁をかける。

あ き て ちやづ 合わせだしが決め手の「だし茶漬け」



今日のお茶漬けには、梅干しをほぐしてごまと酒で炒めた、ごま練り梅を添えました。さっぱりとして暑い日でも食べやすく、梅干しに含まれる「クエン酸」という栄養素が暑さで疲れた体を回復してくれます。だしはかつお節と昆布でとった合わせだしです。

本日の食材料出身地



～本日の食材料出身地～



きのうのこ
昨日の残り

ピザトースト 21人分(2.1kg)

ポトフ 19人分(3.7kg)

パインゼリー 20人分(1.3kg)

ぎゅうにゅう
牛乳 22本