

1月18日（火）

「今日の給食」

今日の給食は

わかめごはん

いかのかりんと揚げ

五目きんぴら

呉汁

牛乳 です。



「呉」とは一晩水に漬けた大豆をすりつぶしたもので、みそ汁に加えたものが呉汁です。今日はやわらかくゆでた大豆を、なめらかになるまでミキサーにかけてから、みそ汁に加えました。給食では呉と一緒に豆乳も使っています。こうすることで優しい口当たりで食べやすくなります。寒さが続くこの季節、ぜひご家庭でもお試しく下さい。