

4月21日（木）

「今日の給食」

今日の給食は  
ごまごはん  
豆腐ハンバーグ  
ごま和え  
みそ汁  
牛乳 　　　　　　です。



今日は豚ひき肉と豆腐を使ったハンバーグです。上にかけているソースには大根おろしを入れています。

大根には消化を助ける「アミラーゼ」という酵素が含まれています。アミラーゼは大根のほか、かぶやにんじん、ブロッコリーなどにも多く含まれています。