

5月9日（月）

「今日の給食」

今日の給食は  
石狩ごはん  
新じゃがのそぼろ煮  
磯和え  
牛乳 　　　　　　です。

今日の石狩ごはんは、焼いてほぐした鮭を  
ごはん（お粥）に混ぜたものです。鮭は一度蒸してから  
手で骨や皮を取り除き、細かくほぐしています。その後、ごはんの炊き上がりに合わせて  
再度加熱し、ごはん（お粥）に混ぜました。

鮭にはカルシウムの吸収を高める働きのある「ビタミンD」が多く含まれています。

