

もぐもぐニュース

7月4日の給食

・ごはん

・鯖^{うめ}の梅みそ焼き

・和風^{わふう}ジャーマンポテト

・豆乳入りみそ汁

・牛乳

大きいおたまで
1杯弱！



しゃもじ・・・ごはん



トング・・・魚



おたま、深いおたま・・・みそ汁



レードル・・・ポテト



☆梅について

梅^{うめ}は、5～6月が旬^{しゅん}のくだものです。梅干し^{うめぼし}や梅酒^{うめしゅ}、ジャムなどにして食べられます。酸^すっぱいもとのクエン酸^{さん}という栄養は、疲労回復^{ひろうかいふくこうか}効果があります。今日は、梅干し^{うめぼし}を砂糖、みりんなどと一緒に練^ねり混^まぜた「ねり梅^{ふうみ}」を使って梅の風味が味わえる魚のタレ^{あじ}を作りました。あじわって食べましょう。

栄養教諭：鷹取