

令和7年度

もぐもぐニュース

11月28日の給食

- ・肉みそうどん
- ・焼きサラダ春巻き
- ・わかめスープ
- ・牛乳

うどんは配膳前にだしをかけて
ほぐしてから配ってね

おたまで
1杯と少し

深いおたまで
1杯くらい



トング…うどん、野菜、春巻き



おたま…肉みそ



おたま、深いおたま…スープ



☆たまねぎについて

たまねぎには、^{ひろ}う^{かい}ふく^{けつ}えき
疲労回復を早めてくれたり、血液をサ
ラサラにしてくれたりする^{えい}よう^{ふく}栄養が多く含まれています。
^{なま}生で食べると^{から}辛みを感じますが、^{いた}炒めることで辛み
成分が^{ぶん}かい^{あま}み分解され、甘味成分が残ります。今日はみじ
ん切りにして肉みそとサラダ春巻きにたまねぎを使っ
ています。あじわって食べましょう。

栄養士：若狭