

ビジュアル献立

9 月 4 日 (木曜日) ようび

しょうきぐ 使用器具

- スパゲッティミートソース トング ぶんかざら
- コーンサラダ トング しるわん
- こまつな小松菜ケーキ てぶくろ こざら
-

はいぜんず めやすりょう 配膳図・目安量

ひとくちメモ

今日は、『こまつな小松菜』をねりこんだケーキです。ゆでた『こまつな小松菜』をミキサーにかけて使用しました。

『こまつな小松菜』には、血のもとになる“鉄”や、丈夫な骨を作る“カルシウム”がたくさんふく含まれています。『こまつな小松菜』の他に、ほうれん草などの緑みどりの濃い野菜にも、たくさんふく含まれています。

ケーキやスープにすると、食べやすくなるので、おすすめ
です。

