

ひとくちおたより



10/28(火)

^{あき しゅん}秋が旬の「さんま」を^あ揚げ、^{あまから}甘辛いたれを^{こんだて}からめた献立です。
^{さかな}魚が^{にかて}苦手でも^た食べやすい^{あじっ}味付けになっています。ごはんの^{うえ}上に
のせて^た食べてもおいしいですよ。たれがごはんにしみこむと
より^{すこ}おいしくなります。少し^{ほね}骨もありますが、^{きゅうしょく}給食では^{ほね}骨まで
^た食べられるように^{ちゅうり}調理してあるので、^{ほね}骨ごと^た食べましょう。
カルシウムやたんぱく^{しつ}質もとれるので、^{せいちゅうき}成長期のみなさんに
^{のこ}残さず^た食べて^ほ欲しいおかずです。

給食室より

