

ひとくちおたより



11/5(水)

今日は、糸エはるかというさつま芋いもを使って、季節きせつのデザート
スウィートポテトつくを作りました。蒸した時むの糖度ときが高く、とても
美味しい芋いもです。そんなさつま芋いもを使って、中はしっとりなめらかに、
そして少しこげめすこがつくように焼やいています。さつま芋いもは、みかん
にも負まけないくらいのビタミンCシーがたくさん含ふくまれています。
また、おなかの掃除そうじをしてくれる食物せんいもしょくもつたっぷり含ふくま
れています。みなさん今日きょうも残のこさず食たべましょう。

給食室より

