

～きゅうしょくしつだより～

はらぺこ

きょうの献立は「^{こんだて}牛乳・^{ぎゅうにゅう}ピザトースト
サンド・^{ねんせい}ジャーマンポテト・^{きゅうしょく}ミネストロー

ネ」です。(ピザトーストは6年生のリクエスト給食です。)

ジャーマンポテトは、じゃがいもをメインとして^{つく}作られる^{りょうり}料理のひとつです。

じゃがいもはエネルギー^{げん}源になり、フ

ランスでは「^{だいち}大地のいんご」と呼ばれる

ほど^{るい}ビタミン^{おお}類を^{ふく}多く含みます。じゃ

がいもの^{シー}ビタミンCは^{かねつ}加熱しても^{こわ}壊れ

にくく、^{たか}高い^{えいようか}栄養価を^{たも}保ちます。