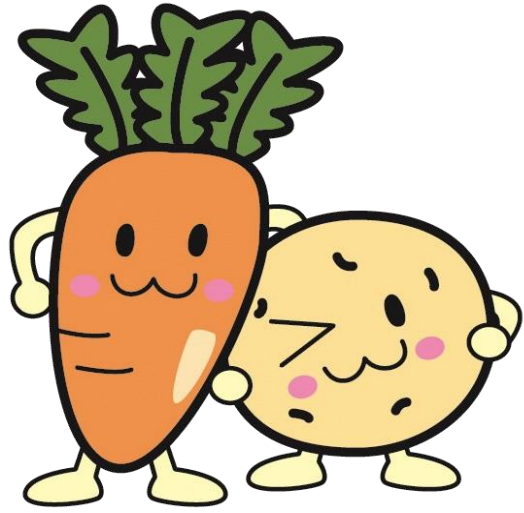
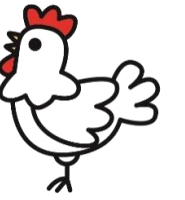




阿波市の給食(令和3年5月3日~5月7日)



5月3日(月)
憲法記念日



5月4日(火)
みどりの日



5月5日(水)
こどもの日



5月6日(木)
ごはん ぶた丼
切りほし大根のツナあえ 牛乳



5月7日(金)
あげパン キャベツのポトフ
フランクフルトのケチャップソースかけ
飲むヨーグルト 牛乳

6日の「切りほし大根のツナあえ」はいかがでしたか？
切りほし大根はその名のとおり大根を千切りにして干した乾物です。大根は天日にあてて乾燥させると、栄養価がぐんと上がります。もともと昔の人が、保存食として考えたものですが、現代社会においても栄養価の高い食品として食べられ続けられています。昔の人の知恵はすばらしいですね。



使った阿波市の野菜
葉ねぎ、ニンジン、
たまねぎ、キャベツ

Awa産 Our消費