



阿波市の給食(令和4年6月13日~6月17日)



6月13日(月)

ごはん 肉じゃが わかめのすのもの
ハモ風味あじつけのり
みかんゼリー 牛乳



6月14日(火)

全粒粉パン とりのからあげ
パンプキンポタージュ アスパラサラダ
牛乳



6月15日(水)

わかめごはん さわらのすだち風味
きゅうりのかおりづけ
小松菜のみそ汁 牛乳



6月16日(木)

ごはん ぶた肉とごぼうのいために
ピーマンとツナのあえもの
ミニトマト 牛乳



6月17日(金)

ごはん 八宝菜
とうもろこし しそこんぶ
ヨーグルト 牛乳

お魚食べていますか？
「魚は、骨があって苦手」と敬遠していませんか？

魚には、タンパク質をはじめ、成長期に必要な栄養が豊富に含まれています。

給食でも、塩焼き、フライ、煮つけなど調理方法を変えて魚がおいしくたべられるよう工夫しています。骨に気をつけて、おいしく食べてくださいね。



使った阿波市の野菜

にんじん、きゅうり、とうもろこし
たまねぎ、キャベツ、じゃがいも、かぼちゃ
ミニトマト、グリーンアスパラガス

