



阿波市の給食(令和6年10月28日~11月1日)



10月28日(月)
ごはん みそけんちん汁
ツナそばろ丼(ツナそばろ・あえ物)
牛乳



10月29日(火)
おにぎり 五目うどん
きつねもち えだまめサラダ
牛乳



10月30日(水)
ごはん キャベツのゆかりあえ
とり肉のねぎソースあえ
わかめスープ 牛乳



10月31日(木)
えびピラフ フレンチサラダ
パンプキンポタージュ
ハロウィーンデザート 牛乳



11月1日(金)
ごはん さわらのゆずみそかけ
和風サラダ もち麦汁
しそひじき 牛乳



11月1日の給食に、阿波市産の「もち麦」を使ってみました！
もち麦には、食物繊維が豊富で玄米の約4倍、白米の約25倍含んでいると言われております
白米と一緒に炊飯するほか、スープやリゾットに入れて食べるのも美味しそうですね



使った阿波市の野菜
きゅうり、はねぎ、もち麦
さといも、フロコリー、
キャベツ、だいこん

