

阿波市の給食(令和6年11月18日～11月22日)



11月18日(月)
 ごはん マーボー豆腐
 バンバンジー
 お魚ふりかけ 牛乳



11月19日(火)
 おにぎり すき焼き風にこみ
 れんこんサラダ
 お米のタルト 牛乳



11月20日(水)
 ごはん さんまのかぼすレモンに
 しゃっきりごまあえ
 スキー汁 牛乳



11月21日(木)
 ごはん とり肉のワインソース
 ボイルブロッコリー
 ごぼうのいために 牛乳



11月22日(金)
 ごはん 高野豆腐のたまごとし
 ごまずあえ
 ひじきのいつくだに 牛乳

今週は切り干し大根がおかずの中に
 2回入っていました。気づいたかな？
 切り干し大根は、細長く薄く切った
 大根を天日干しで乾燥させたもの
 カルシウム、鉄、食物繊維
 などの栄養がたっぷり！
 給食の切り干し大根は
 阿波市産のものを
 使用しています



使った阿波市の野菜
 たまねぎ、ブロッコリー、
 はくさい、キャベツ、はねぎ
 きゅうり、さつまいも、
 ながねぎ、だいこん

Awa産
 Our消費

