

5月13日(水)



たまねぎ

除去食

➡(卵抜き)



小松菜と卵のソテー

豚肉のしょうが焼き

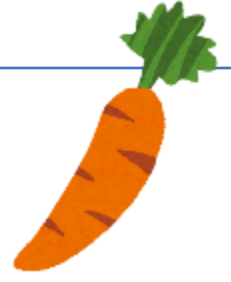


ごはん

さつまい



人参



人参は、料理の彩りを華やかにし、いろいろな料理に使われる野菜です。人参に含まれるβカロテンは、体の免疫力を高め、風邪を予防する働きがあります。

一年中、手に入りやすく、給食で大活躍してくれる野菜です。