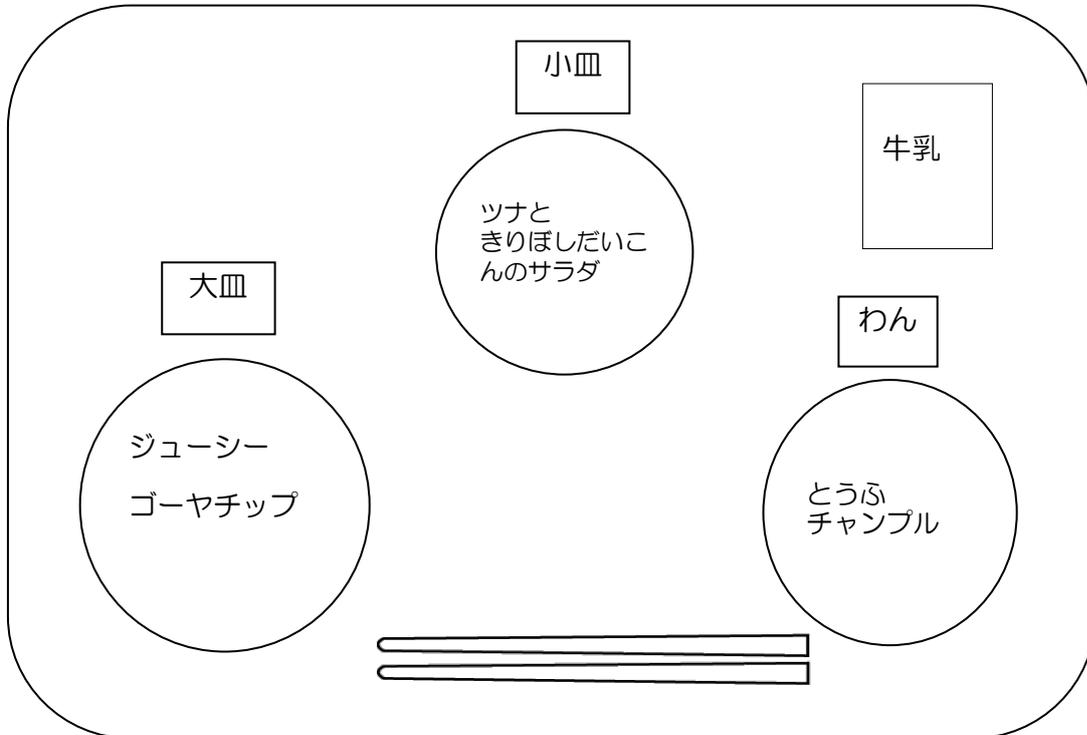


令和6年9月5日（木）

きゅうしょく
給食ひとくちメモ

【今日のもりつけ】



【今日のこんだて】

ジュースー・牛乳・ツナと切干大根のサラダ・豆腐チャンプル・ゴーヤチップ

今日は沖縄にちなんだ料理です。

おかずの「ゴーヤチャンプル」のチャンプルとは、

沖縄の方言で、「混ぜこぜにした」という意味があります。

沖縄野菜の代表のゴーヤは、独特の苦みが特徴的です。

ビタミンCを多く含み夏の疲れをとるのにもぴったりです。

ゴーヤは食べるだけではなく、葉の茂ったつるを

日よけとして使うこともあります。

沖縄づくしの献立を味わいましょう。