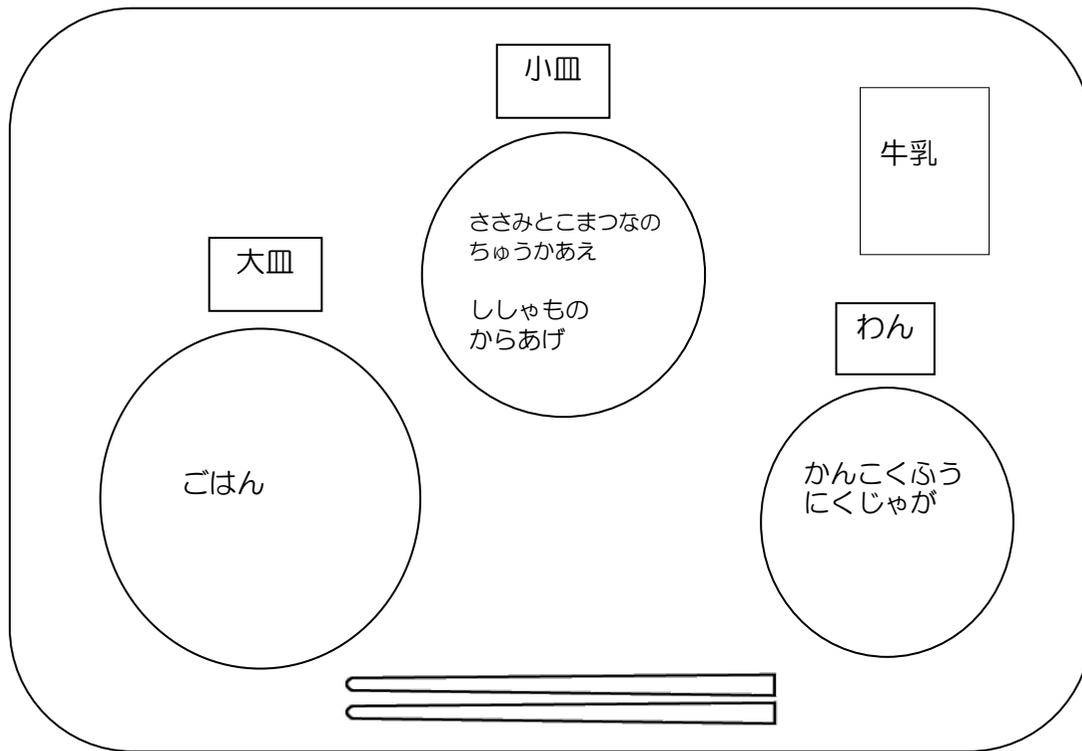


令和6年10月1日（火）

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】

ごはん・牛乳・ししゃものから揚げ・ささみと小松菜の中華和え・韓国風肉じゃが

今日は「韓国風肉じゃが」をつくりました。

ふつうの肉じゃがとはちがい、キムチを入れて

ピリ辛な味付けにしているのがポイントです。

キムチは韓国で日常的に食べられている食品です。

「乳酸菌」がたくさん含まれているため

お腹の中をきれいにするのをサポートしてくれます。

「乳酸菌」はヨーグルトなどにも入っていますが、

キムチの「乳酸菌」のほうが生きて腸まで届きやすいです。