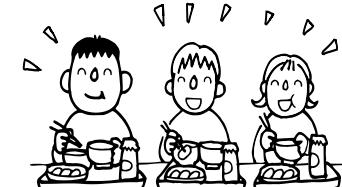


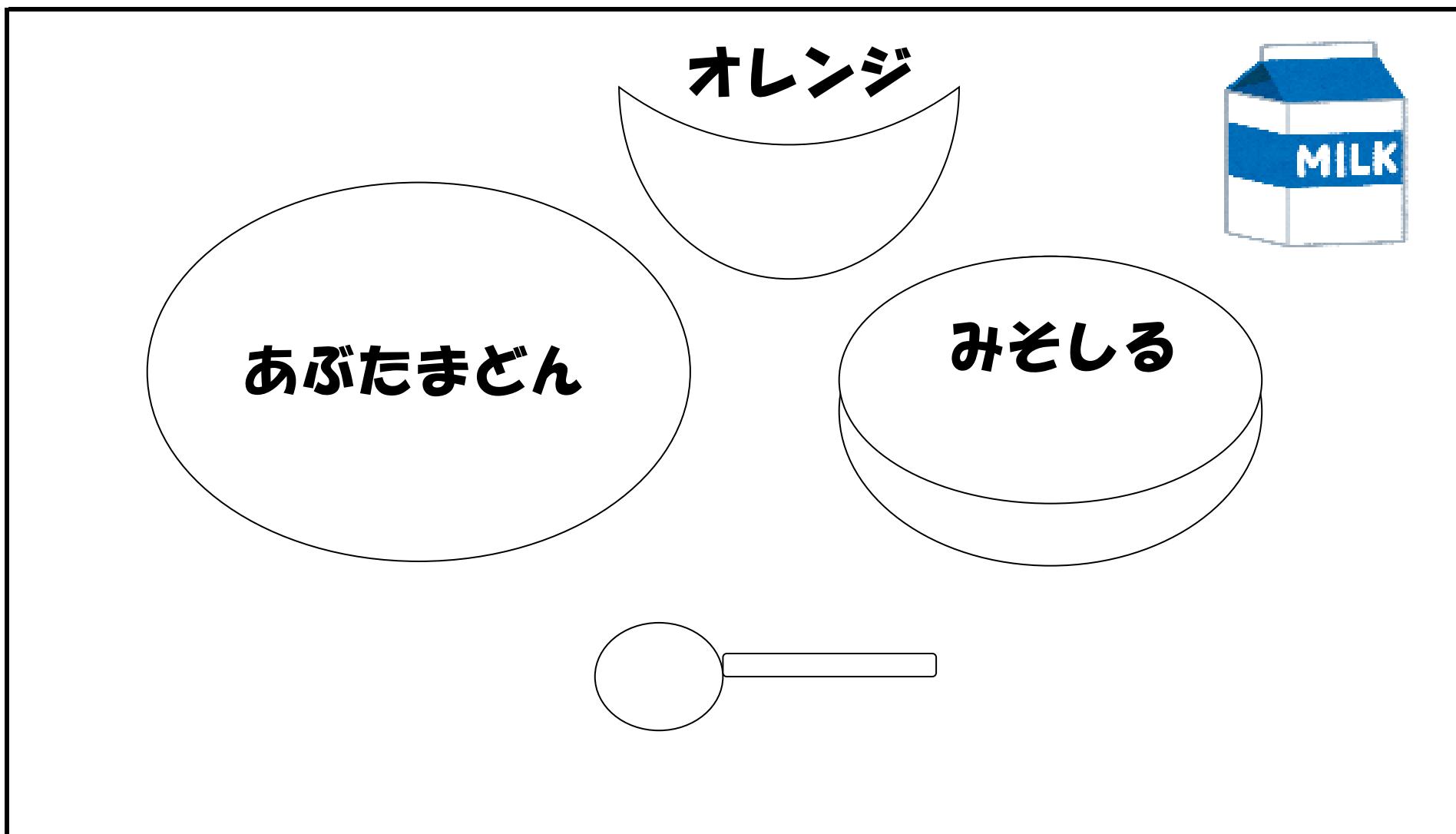
令和7年度

ランチタイムだよ!



つるさし しょまゆうしょくしつ
鶴指小給食室

★ 10月15日(水) のもりつけ



★ 10月15日(水) の献立

あぶたま丼

みそしる

くだもの
果物 (オレンジ)

ぎゅうにゅう
牛乳



今日は「油揚げ」についてのおはなしです。

油揚げは豆腐を薄く切り、水を切って油で揚げたものです。

豆腐を厚く切って揚げたものは厚揚げや生揚げといいます。

油揚げの原料である大豆には、植物性のたんぱく質が豊富に含まれ、

からだのもとになる大切な栄養素です。

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。