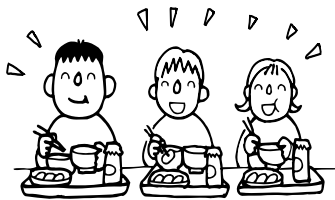
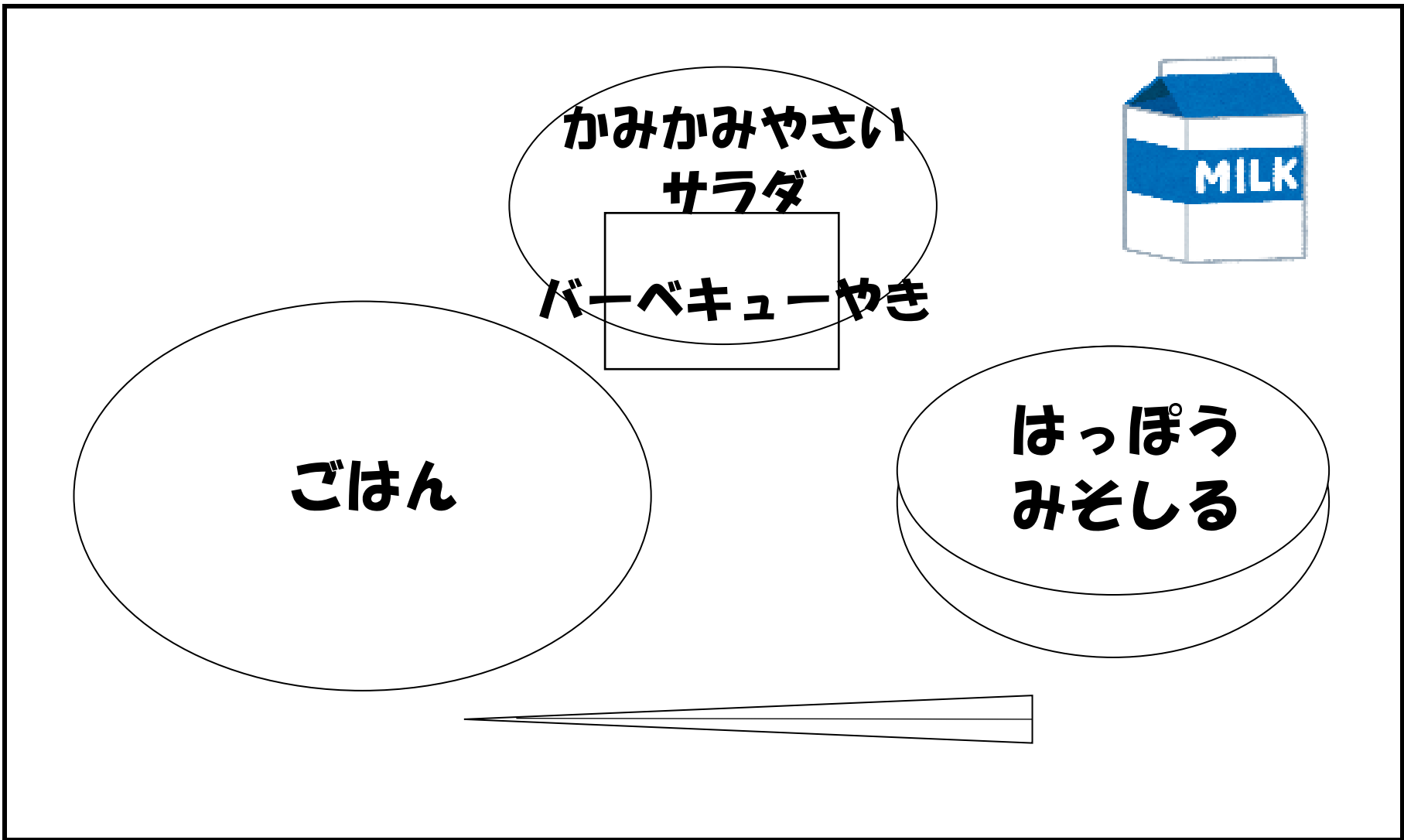


ランチタイムだよ



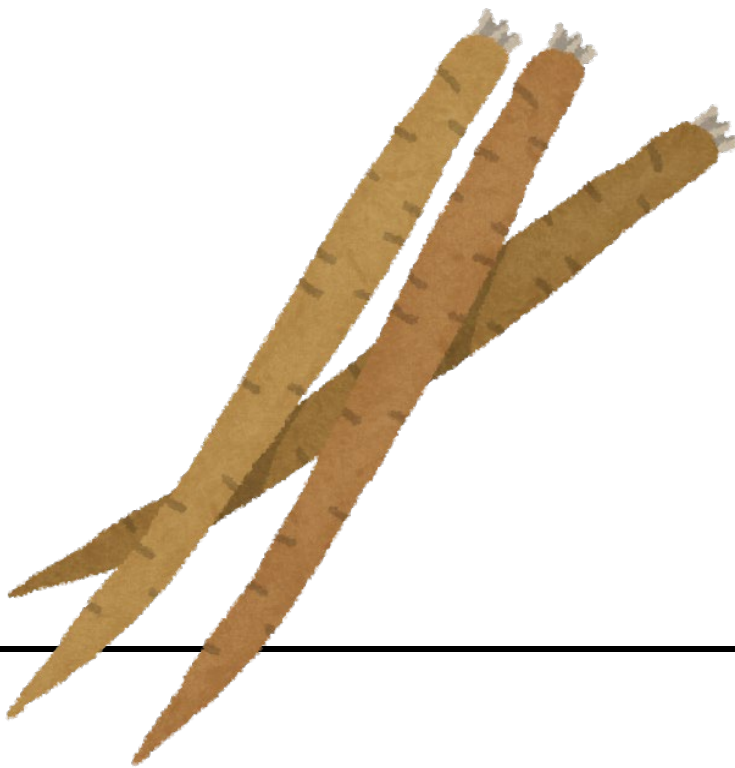
鶴指小給食室

★ 1月14日(水) のもりつけ



★ 1月14日(水) の献立

ごはん
さばのバーベキューやき
かみかみやさい
はっほうみそしる
ぎゅうにゅう



今日は「ごぼう」についてのお話です。

ごぼうは食物繊維が豊富に含まれていてssシャキシヤキとした食感が特徴です。

和食によく使われるごぼうですが、世界的にごぼうを食べる習慣のある国は少なく、日本はその少ない国のひとつで

ああ味が苦手だという人もいるため、今日は食べやすいように

細切りにしたごぼうを揚げて甘辛いタレと和えてみました。

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。