



今日の献立

きんぴらチーズドッグ (大皿)

ポークビーンズ (大わん内ピンク)

オレンジ (小皿)

牛乳



今日の給食は、和食の定番「きんぴらごぼう」をパンにサンドしたきんぴらチーズドッグです！

きんぴらごぼうは、ごぼうやにんじんを甘辛く炒めた日本の伝統的なおかずです。ごぼうには食物せんいが豊富に含まれていて、おなかの調子を整えるはたらきがあります。成長期のみなさんにとって、腸内環境を整えることは体調管理の第一歩です。

今回は、そのきんぴらにチーズを合わせました。チーズにはカルシウムがたっぷり。甘辛いきんぴらと、とろけるチーズの相性は抜群です！

いつものおかずも、少しアレンジするだけで新しいおいしさに出会えます。今日の一口から、食のアイデアの広がりを感じてもらえたらうれしいです。