



一週間の給食を写真で紹介します

5月11日 (月)	5月12日 (火)	5月13日 (水)
 <p>麦ご飯 じゃが芋のそぼろ煮 さばの照焼き 蓮根の甘辛炒め もずく汁 牛乳 <786kcal></p>	 <p>ミルク食パン デミグラスソースハンバーグ いんげんのソテー チキンと野菜の豆乳スープ ライチゼリー 牛乳 <767kcal></p>	 <p>高菜炒飯 中華麺 チンゲン菜の炒め物 ひじき焼売 ちゃんぽん 牛乳 <792kcal></p>
<p>じゃがいもは、主成分がでんぷんで、主食にもなる野菜として、世界中で栽培されています。ビタミン類も豊富なことからフランスでは「大地のりんご」と呼ばれています。</p> 	<p>豆乳に含まれるオリゴ糖はビフィズス菌や乳酸菌の栄養源となり、善玉菌を増やす働きがあります。</p> 	<p>ちんげん菜は中国野菜の中でも身近な野菜の1つ。β-カロテン・カルシウム・</p>
5月14日 (木)	5月15日 (金)	
 <p>麦ご飯 鶏肉のねぎ味噌焼き れんこん入り平つくね 野菜ともやしの炒め物 タイピーエン 牛乳 <804kcal></p>	 <p>麦ご飯 ブルコギ ぎょうざ 春雨スープ 牛乳 <789kcal></p>	
<p>郷土料理☆タイピーエン タイピーエンは、日本でアレンジされた中華料理。今では熊本のご当地グルメです。</p> 	<p>アジアの料理☆ブルコギ ブルコギは朝鮮半島の代表的な肉料理。朝鮮戦争中に庶民の間で生まれました。</p>	