

噛むカムDAY



今日の給食



- 牛乳
- ご飯
- さばの塩こうじ焼き
- 切り干し大根と豚肉の炒め煮
- 田舎汁

切り干し大根は、干すことで水分が抜けてうまみや栄養がギュッと濃縮されます。ビタミンDがたっぷりなので、牛乳や魚といっしょに食べることで、カルシウムの吸収がアップします。食感も楽しめるように仕上げました。