

五中三二給食通信



参考に盛り付けてね♪

令和 5年 9月 7日 N0.68

今日の給食は秋から冬が旬の「れんこん」を使用した「れんこんチップサラダ」です。

れんこんは9月～10月に収穫されるものはやわらかく、あっさりしています。そして、11月～1月の秋の終わりと冬にかけて収穫されるれんこんはねばりが

あって甘味があるのが特徴です。



ところでれんこんには穴が開いていますが、いくつか穴が開いていると思いますか。9～11個の穴が開いていると云われています。数えてみるのもおもしろいですね♪



れんこんに穴が開いているのは、成長するときに必要な空気が通る道だと言われています。

今日も1日
おつかれんこん♪
今週はあと2日、
がんばれんこん!(^^)!



《今日の献立》

チキンライス

れんこんチップサラダ

洋風たまごスープ

牛乳



赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
牛乳 鶏肉 豚肉 たまご	米 油 バター 砂糖 じゃがいも でんぷん	にんじん 玉葱 ホールコーン グリンピース ほんしめじ 小松菜 れんこん もやし キャベツ きゅうり レモン パセリ しょうが