

五中三二給食通信

令和6年 4月 12日 NO.3

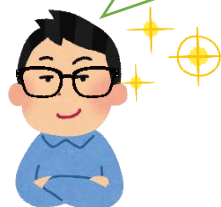


今日の給食は「春野菜ポトフ」です。今回は「春野菜」についてです。多くの野菜は 1 年中お店にならび、季節に関係なく手に入れることができます。しかし、本当は「旬」と呼ばれる季節に収穫されたもののほうが、栄養がたくさんあり、味も「おいしい」といわれています。

「キャベツ」「たまねぎ」「じゃがいも」「にんじん」「ごぼう」といった野菜も 1 年中採れ、主に春から夏に採れるものを「春〇〇」、「新〇〇」と呼びます。今日の「春野菜ポトフ」にもたくさん春においしい野菜が入っています。何が入っているか探してみてください♪



春は^{みえ}見^ええをはる
季節ですね
は～るんるん♪



参考に盛り付けてね♪

《今日の献立》

ガーリックトースト

春野菜ポトフ

グレープゼリー

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 フランクフルト 豚小間肉 ひよこ豆 寒天	ソフトフランスパン バター 油 新じゃがいも シェルマカロニ 砂糖	にんにく セロリー にんじん 玉葱 エリンギ 大根 春キャベツ アロエ グリーンピース ホールコーン グレープジュース