

2月13日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・韓国風わかめスープ
- ・ヤンニョムチキン(2)
- ・ピリ辛きゅうり



| 体をつくるもの | エネルギーになるもの | 体の調子を整えるもの |
|-----------------|--|--------------------------|
| 牛乳 わかめ 鶏肉 | ごはん サラダ油 ごま ごま油 片栗粉 油 砂糖 | 白ねぎ 玉ねぎ きゅうり 人参 |



今月もおいしい給食をお届けします！

ぽくぽくだよい

【ヤンニョムチキン】

「ヤンニョムチキン」は韓国料理の1つでコチジャンや醤油(しょうゆ)、唐辛子(とうがらし)、砂糖(さとう)などがはいった甘辛(あまから)いたれとから揚げ(あ)げを和(あ)えたものです。今日は、給食用に辛(から)さを控(ひか)えめにしています。

