

# 今週の給食(No.3)

4月23日(月)

麦ごはん  
豚肉の甘酢煮  
大根とじゃこの  
和風サラダ  
牛乳



4月24日(火)

グリーンピースごはん  
牛肉とごぼうの炒め物  
若竹煮  
キウイ



4月25日(水)

食パン(苺ジャム)  
マカロニグラタン  
フレンチサラダ  
パイナップル(缶)



4月26日(木)

ちらしずし  
鶏ささ身のフリッター  
海藻サラダ  
ももゼリー



4月27日(金)

ゆかりごはん  
豚肉とピーマンの  
炒め物  
大根とベーコンの  
マヨネーズ和え  
牛乳



【グリーンピース】

たんぱく質を効果的に働かせる必須アミノ酸の一つである「リジン」。他の食べ物よりも多く含まれています。