

今週の給食(No.12)

6月25日(月)

しそごはん
豚肉の甘酢煮
かぼちゃのサラダ
アシドミルク



6月26日(火)

麦ごはん
豚肉の生姜焼き
キャベツとほうれん草の
おかか和え
玉葱の味噌汁



6月27日(水)

ツナサンド
フライドポテト
ソフトチーズ
りんごジュース



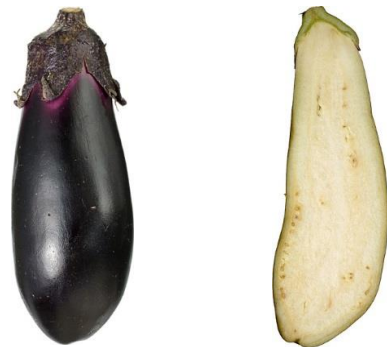
6月28日(木)

カレーピラフ
鶏肉の唐揚げ
コーンサラダ
牛乳



6月29日(金)

麦ごはん
麻婆ナス
棒々鶏
アシドミルク
いりこ



【茄子】

紫紺色の皮の中にポリフェノールの一種「ナスニン」という色素が入っています。この色素が血管をきれいにしてくれます。