

きょうのこんだて

9がつ28にち

ごはん

とうふのみそしる

とりのれもんがけ

のりあえ



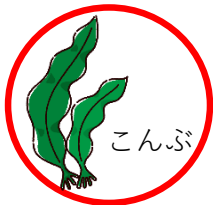
きょうのポイント

鶏肉

鶏肉はほかの肉類に比べて低カロリー、高たんぱく質です。調理法も多いのでとても親しまれている食材です。給食で使用しているのはもも肉で脚からももの付け根の部分で、他の部位に比べると弾力があり、味もはっきりしており、鉄分が鶏肉の中では最も多く含まれています。紀元前3000年頃インドで飼育されるようになり、日本へは奈良時代から食べるのではなく神聖な霊鳥として飼育されていました。



9がつ28にち きょうのたべもの



こんぶ



みそ



とうふ



あぶらあげ



とりにく



のり



さとう



かたくりこ



あぶら



ごはん



にんじん



レモン



あおねぎ



きゅうり



もやし



たまねぎ

