

給食室から皆さんへ

令和5年7月12日

SCHOOL LUNCH LETTER

東金中は「あ・じ・み・そ」！！

今日は「あ・じ・み・そ」献立です。5校時は大掃除^{そうじ}ですので、配膳台や給食用ケースなどもきれいに^{そうじ}しましょう。

〔 あ いさつ 〕

〔 あ げパン 〕

コッペパンをカラッと揚げてから、きなこ三温糖をまぶして
います。全校のパンを揚げるのに1時間以上かかります。

〔 じ かん 〕

〔 じ やが芋入りオムレツ 〕

じゃがいもとベーコンが入ったオムレツです。じゃが芋は
加熱しても壊れにくいビタミンCが含まれています。

〔 み だしなみ 〕

〔 ミ ネストローネ 〕

マカロニと野菜や豆がたっぷり入ったトマトスープです。

今日は冷凍^みかんもあります。

〔 そ うじ 〕

〔 ソ ーセージと野菜のソテー 〕

魚のすり身で作ったソーセージと野菜を炒めました。

魚肉ソーセージは常温保存できる、たんぱく食品です。