



11月は彩の国ふるさと学校給食月間です☆

2022年11月9日(水)

なかもとランチタイム

★今日のこんだて★

スイスチャード
サラダ

ライスボール



こめこと
とうにゅうの
さいのくにシチュー

【給食のお話】

今日の給食には、ヨーロッパ野菜のスイスチャードが使われています。スイスチャードは、ほうれん草の仲間の野菜で、日本では不断草とも呼ばれています。春夏秋冬の四季を通じて育てることができることからこの名前がついたようです。カラフルでとてもきれいな野菜なので、色も楽しみながら食べてください。米粉と豆乳の彩の国シチューは、埼玉県でよく育てられているさつまいもやブロッコリーの入ったシチューです。埼玉県ではいろいろな食べ物が育てられているので、気になる人は調べてみてください。

ライスボールは、埼玉県産の米粉の入った、米粉入りパンです。いつもよりももちもちしているので、慌てずに、よく噛んで食べましょう。

【今日の地場産物】

ライスボールの米粉、牛乳、ブロッコリー、スイスチャード

【担任の先生方へ】

今日のパンは米粉の入ったパンです。
よく噛んで食べるようにお伝えください。

自分が食べられる量を考えて、みんなでいしき
してみよう！苦手でもあと1くちチャレンジ♪

【昨日の残菜】

- ★かむかむごぼう入りドライカレー：6kg (約21人分)
- ★こんにゃくサラダ：1kg (約20人分)
- ★ヨーグルト：7コ
- ★牛乳：25本



仲本小学校全体の残菜率は2%でした！