



なかもとランチタイム

★今日のこんだて★



ツナと
ヨーロッパやさいの
ペペロンチーノ

カリフラワーと
おまめのサラダ

ビーツ入り
ラブリー
スイートポテト

【給食のお話】

彩の国ふるさと学校給食月間最後の今日は、さいたま市で育てられているヨーロッパ野菜をたくさん使った献立です。ツナとヨーロッパ野菜のペペロンチーノの中には、黒キャベツのカーボロネロやコールラビが使われています。コールラビは仲本小の給食では初めて登場します。なかなか不思議な見た目をしているこの野菜ですが、実はキャベツの仲間、味もキャベツに似ています。ドイツ語で「コール」はキャベツ、「ラビ」はかぶという意味があります。ビーツ入りラブリースイートポテトは、名前の通りビーツが入っている手作りスイートポテトです。今日は、材料が少し余ったので、各クラスに1コだけ、ハート型のおまけを入れました。色も少しピンクになっていて、ラブリーです。

【今日の地場産物】

牛乳、カーボロネロ、コールラビ、カリフラワー、ビーツ、きゅうり

【担任の先生方へ】

今日は学級閉鎖であまった材料を使って各クラスに1つ、ハート型のおまけが入っています。

【昨日の残菜】

- ★麦ご飯：2.7kg (約19人分)
- ★鮭の竜田揚げ：9切れ
- ★けんちん汁：6kg (約34人分)
- ★五色和え：1.9kg (約42人分)
- ★牛乳：34本

寒くなってきて、おやすみが増えてきました。むりはせず、自分の食べられる量をチャレンジしよう！

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！



仲本小学校全体の残菜率は3.1%でした！