

# なかもとランチタイム

## ★今日のこんだて★

さばの  
ぶんかぼし

からしあえ

むぎごはん

だいこんの  
あつあつに



## 【給食のお話】

今日の給食のだいこんのあつあつ煮は、冬が旬の大根をじっくり火にかけて煮たおいしい煮物です。大根の他にも、こんにゃくや、にんじん、油揚げなどが入っていて、とても寒い今の季節にぴったりです。1年中食べることができる大根ですが、寒い季節は甘くなり、暖かい季節は辛さが増すと言われています。さらに、食べる場所によって味が違います。気になる人はぜひ調べてみてください。また、今日のは大根やこんにゃくをいつもよりも大きなサイズに切っています。ゆっくり、よく噛んで食べるようにしましょう。

## 【担任の先生方へ】

今日はとくにありません。いつもありがとうございます♪

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】

- ★**むぎごはん**：4.9kg（約35人分）
- ★**とりにく**の**あぶら**の**あじ**の**あじ**ソースがけ：7コ
- ★**たまご**入り**ちゅうか**スープ：4kg（約23人分）
- ★**はむ**入り**はるさめ**春雨サラダ：1.7kg（約35人分）
- ★**ぎゅうにゅう**牛乳：40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！

仲本小学校全体の残菜率は3.4%でした！