

きょうのメニュー



12月22日(金)



ほうとう



フロッコリーの海苔ナムル

22日はちみつゆずラッシー



12月22日は冬至です。二十四節気のひとつで、太陽の位置が元も低くなる日、つまり日が一番短い日のことです。保存の効く野菜であるかぼちゃを食べて栄養を摂ったり、ゆず湯で身体を温めて、一年元気に過ごせるように願う風習があります。今日は給食でも、かぼちゃとゆずを使いました。寒くなってきたので、ほうとうはとっても好評でした✧

エネルギー 386Kcal タンパク質 15.3g
脂質 7.0g 塩分 2.8g