

4月14日の給食

投稿日時：04/14 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・ターメリックライス・チリコンカン・ジャーマンポテト・清見オレンジ】



<給食メモ>

チリコンカンはアメリカのテキサス州で生まれたと言われる、豆とひき肉の煮込み料理です。本来のものは、チリ(唐辛子)の辛みが効いたスパイシーな食べ物ですが、給食では食べやすいようにあまり辛くならないように作っています。今日の豆は、白インゲン豆を使いました。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:牛乳

4月11日の給食

投稿日時：04/11 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麦ごはん・ししゃものパリパリ揚げ・ゆかり和え・じゃがいもとわかめのみそ汁・バナナ】



<給食メモ>

ししゃもは頭から丸ごと食べられるため、カルシウムをたくさん摂ることができます。ししゃも2本で、給食で飲んでいる牛乳の約半分のカルシウムが含まれています。カルシウムは骨や歯を作るほかに、イライラを防ぐ効果もあります。小さな魚にこんなに栄養があるとは驚きですね。良く噛んで食べましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:米 牛乳

4月9日の給食

投稿日時 : 04/09 [abiko1](#) カテゴリ:

【牛乳・麻婆豆腐丼・きのこもやしの中華和え・小魚アーモンド・オレンジ】

<給食メモ>

新年度が始まり、今日から給食がスタートします。新しい学年での目標や挑戦したいことは決まりましたか？ 毎日元気に過ごして、勉強や運動を頑張れるように、給食は栄養バランスの良い献立になっています。丈夫な体を作り、健康で過ごすために苦手な物が出て前向きに挑戦して、好き嫌いを減らしていきましょう。

本日の我孫子産食材:米

本日の千葉県産食材:

