

こんだて通信

白衣の持ち帰り日です。
確認をお願いします。

平成 29年 5月 19日 (金)

献立・使用器具

- ・チキンライス しゃもじ 2本
- ・ししゃもフライ トング
- ・ふわふわたまごスープ 大おたま
- ・メロン トング
- ・牛乳

配膳図・目安量

チキンライス
*量が多めなのでたっぷり
もりつけてつけてください。



チーズのふわふわスープ
大おたま 1杯

献立ひとくちメモ



* 小魚でカルシウムをゲット! *

小魚には、カルシウムが多く含まれているほか、カルシウムの吸収を高めるビタミンDも多く含まれています。

今日は、ししゃもフライを作りました。小魚を食べてカルシウムをゲットしよう!



今日の主な食材産地：米：青森・秋田 麦：福井・富山・石川 にんじん：徳島 玉ねぎ：兵庫
じゃが芋：長崎 チンゲン菜：静岡 メロン：千葉・茨城 鶏肉：岩手 たまご：青森・千葉
ししゃも：アイスランド