



10月30日(金)

麦ごはん 筑前煮 小松菜のじゃこ炒め 牛乳

筑前煮には、鶏肉・根菜・こんにゃく・厚揚げ等、なんと9種類もの具材が入っています。その具材にしっかり味がしみこんでいて、ごはんによく合っていました。じゃこ炒めは、その名の通り「じゃこ」がたっぷり。成長盛りの子どもたちに必要なカルシウムがバッチリです。