

6月28日(月)



ぶどうゼリー **牛乳**

あじの南蛮漬け

ごはん **けんちん汁**

あじの南蛮漬け、甘辛いしょうゆの味付けがごはんによく合い、とても美味しくいただきました。

けんちん汁には、鶏肉・とうふ・あぶらあげ(体の組織をつくる働き)、にんじん・ねぎ・こんにゃく・しいたけ・切り干し大根(体の調子を整える働き)等、8種類の食材が使われていて、しっかり栄養を摂ることができました。

デザートのおぶどうゼリーも、冷たくて美味しかったです。