９月２１日(火)

もやしの炒め物　　牛乳
鶏肉のからあげ
ごはん　　みそ汁

今日のからあげの鶏肉は、福岡県から提供されたブランド鶏肉「はかた一番どり」です。トウモロコシや八女茶を含んだえさを与えられた、うまみ成分が多くヘルシーなお肉です。衣がカリカリで中がジューシーで、とても美味しかったです。

みそ汁には、切り干し大根やなす・ねぎなどの野菜がたっぷり入っていて、栄養満点です。

炒め物は、もやしやコーンの歯ごたえが心地よかったです。