

10月1日(金)

りんごゼリー 牛乳
手作りふりかけ
ごはん 厚揚げのそぼろ煮



ひじき・しらす干し・かつお削り節・大豆を混ぜ合わせて作られた手作りふりかけ、栄養たっぷりでごはんによく合い、美味しかったです。

厚揚げのそぼろ煮は、厚揚げとともに冬瓜・にんじん・玉ねぎも柔らかく煮込んでありました。

りんごゼリーは、半解凍でちょっぴり冷たく、子どもたちのうれしそうなお表情があちらこちらで見られました。