

10月19日(火)



スタミナソテー 牛乳

ごはん みそ汁

今日は、食育の日。テーマの「献立のねらい」は、「献立の立て方」です。主食、おかず、汁物を工夫して、3つのグループの食品を取り入れ、栄養バランスを整えます。(詳しくは、配付されている献立表をご覧ください。)

日本の伝統的な「ごはんのみそ汁」に、スタミナソテーがつけました。みそ汁には、5種類の具材が入っていました。

スタミナソテーというだけあって、レバー・にら・にんにく入りで、美味しかったです。