

給食室からの手紙

がつ みっか すいようび
2月 3日 水曜日



しゅ しょく けん しゅ さい
主食兼主菜・・・すんきチャーハン

ふく さい ちゅうか あ
副菜・・・もやし中華和え

しる もの
汁物・・・ワンタンスープ

の もの ぎゅうにゅう
飲み物・・・牛乳

デザート・・・伊予柑フレッシュ

きょう きそ でんとうしょく つか
今日は木曾の伝統食「すんき」を使ったチャーハンです。

すんきは、しお つか は にゅうさんきんはっこう
すんきは、塩を使わずに赤カブの葉を乳酸菌発酵させた

つけもの おな にゅうさんきん ふく
漬物で、ヨーグルトと同じくらいの乳酸菌が含まれていま

す。きょう たいけんかん つか つく
す。今日はふるさと体験館のすんきを使って作りました。