

給食紹介

令和 7年 5月 23日(金)

ごはん ジョア 麻婆豆腐 もやしのナムル



『麻婆豆腐』の辛味成分“カプサイシン”には、食欲増進&やる気UP効果があります。モリモリ食べよう。

ごはんをモリモリ食べよう

今日は、代表的な中華料理（四川料理）の定番『麻婆豆腐』です。

『麻婆豆腐』は、ごはんがすすむ料理、ごはんをたくさん食べられるので、我が家（渡邊家）でも、“勝負めし”のひとつです。ごはんをモリモリ食べて、しっかりとエネルギーを補給してくださいね。

『もやしのナムル』は、もやしとにんじんのあえものです。物価高騰の影響で食材も高騰し、給食のお財布事情も厳しいです。比較的安価な“もやし”は優秀な食材ですので、工夫しています。給食は、栄養価だけでなく価格も考え調理しています。

感謝して味わって食べてくださいね。

しっかり食事をして、運動&勉強に頑張ってください。

毎日の給食では、みなさんを応援しています