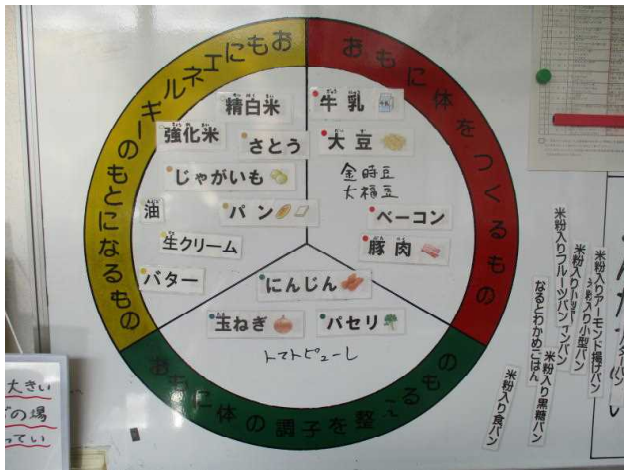


『毎日12時にアップ!今日の献立』

◎11/20(金)の給食



大根について

大根がたくさんとれて、おいしくなる季節がやってきました。大根は食べる部分によって味やかたさが違います。葉っぱがついている上の部分は、甘くてやわらかいのが特徴です。サラダや大根おろしにするとおいしいです。反対に下にいくほどピリッとからくなります。みそ汁の具や漬け物などに向いています。真ん中の部分は、コトコトと煮込む、煮物やおでんにするといいですね。また、大根の葉には体が元気になる栄養がたっぷり詰まっています。葉っぱも炒めたり、ゆでたり様々な料理に使えます。大根のいろいろな部分を味わってみましょう。

◎今日の献立は、米粉入りパン チョコレートパテ 牛乳ポークビーンズ 大根サラダ ゆずドレッシング です。



