

給食センターからこんにちは

9月の中学校の献立より・・・



☆平成 22 年 9 月 24 日(金)の給食紹介☆

中学校

エネルギー:885kcal たんぱく質:33.7g

★ごはん

☆鶏肉のアーモンドがらめ

★磯香和え

☆さつま汁

★巨峰

★牛乳

酒々井町でとれたもの

「さつまいも」

秋の食材のひとつ「さつまいも」。

24日の給食のさつまいもは、伊藤の石橋さんのさつまいもです。

「さつま汁」にして、おいしくいただきました。



給食センター通信より

旬の食べ物～巨峰～

給食センターでは、献立を考えるときに、旬の食べ物(その季節のおいしい食べ物)を取り入れています。

「旬」とは・・・

① 多く取れる時期

② もっとも味がよい、熟して最もおいしい時期

という2つの意味があります。最近では、いろいろな工夫で、1年中食べることができるようになりました。

秋は「実りの秋」です。自然本来の旬の時期に食べることがおいしく、栄養があるので、いろいろな秋を味わってください。

給食では、秋の果物「巨峰」の登場です。一人3粒ですが、秋を感じてほしいと思います。

