





# 今週の給食



6月24日～6月28日  
大谷小学校

今週 26 日(水)の『鶏肉の新玉ねぎソース』は、月の栄養のテーマになっている『玉ねぎ』を使用しました。玉ねぎに含まれる「硫化アリル」は、血液をサラサラにしたり、体の疲れをとったり、病気などを防ぐ働きがあります。鶏肉の新玉ねぎソースは、下味を付けた鶏肉にでん粉を付けて油で揚げ、にんにく・玉ねぎ・砂糖・酒・酢・しょうゆで作ったソースをかけた料理です。玉ねぎの甘みがおいしく、児童もよく食べていました。

24日(月)	25日(火)	26日(水)	27日(木)	28日(金)
				
わかめご飯 牛乳 酢豚 きなこ大豆	メロンパン 牛乳 きのこスパゲティ こんにゃくサラダ	ご飯 乳酸菌飲料 鶏肉の新玉ねぎソース (1～4年2個、5・6年3個) おかか炒め みそしる	五目ご飯 牛乳 さわらの照り焼き 野菜炒め	アッピー揚げパン 牛乳 かぼちゃサラダ マカロニスープ

※写真は高学年の量です。