

令和4年11月

11月24日(いいにほんしょく)

# 和食給食

ほうれん草と  
菊のごま和え



牛乳

鮭の南蛮揚げ  
ゆず風味

ごはん

和食給食応援団の和食料理人「寺沢さん」考案の一関市オリジナル和食献立です。一関市の特長を生かした食材を使い、だしの旨味生かした献立です。子ども達に和食を好きになってほしいという願いが込められています。

いわい鶏と  
たっぷり野菜の  
ぽかぽか汁

## ☆ひとくちメモ☆

今日の給食は、和食給食です。

11月24日の日付を「11(いい)24(にほんしょく)の日」とかけ制定されました。

和食は、旬の食材や発酵食品、保存食の活用、そしてごはんを中心とした栄養バランスに優れた献立が特徴です。

## ☆メニュー☆

- ・ごはん 牛乳
- ・鮭の南蛮揚げ ゆず風味
- ・ほうれん草と菊のごま和え
- ・いわい鶏とたっぷり野菜のぽかぽか汁

(令和4年11月21日)