

1/26  
(金)

きゅうしょく

# きたそらん千給食

3日目

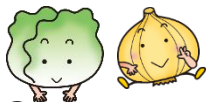


## こんだて

・ごはん



・レタスと卵のスープ



・ハンバーグの  
おろしりんごソースかけ



・コーンソテー

\*イラストは地元食材です

深川産のたまねぎとりんごをすりおろしてソースを作りました。りんごやたまねぎの甘みを感じられるソースになっています。

フリルレタスの緑色と、卵の黄色できれいな色のスープです。フリルレタスは水耕栽培といって土は使わず水で作られているレタスです。



りんごには、食物繊維、カリウム、ビタミンなどの栄養があります。皮の近くが一番栄養があるので、皮ごとソースにしています！

