給食ひとくちメモ　2月2日（木）

いも煮は山形県の郷土料理です。県内にさといもがよくとれる場所があったため、さといもが使われるようになりました。山形県ではさといもの旬の秋になると、河原でいも煮を作って楽しむ人がたくさんいるそうです。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…＊

ツナマヨ大根サラダ＊○★　　牛乳○

車麩の卵とじ○★＊

黒米ごはん★　いも煮汁★○＊