給食ひとくちメモ　11月6日(金)

かぼちゃは秋から冬に食べごろの旬を迎えます。今日は旬のかぼちゃをたっぷり使用してかぼちゃコロッケを作りました。コロッケは調理工程が非常に多く、時間と手間のかかるメニューのひとつです。調理員さんが愛情込めて丁寧に作ったかぼちゃコロッケ味わって食べてくださいね。

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…＊



コールスローサラダ＊★　　牛乳○

かぼちゃコロッケ＊○★

ごはん★　　ABCスープ＊○★