

らんちたいむ

令和5年6月29日

こんげつ
今月のめあて

よくかんで食^たべよう

きょう きゅうしょく
今日の給食



レタス

ぎゅうにゅう こ
牛乳 子どもパン クリスピーチキン
レタスとトマトのスープ 粉^こふきいも



サニーレタス



きょう 今日のスープは生^{なま}で食^たべることが多い^{おお}レタスとトマトを使^{つか}って作^{つく}りました。

とく 特にレタスはサラダにして食^たべることがほとんどですが油^{あぶら}との相^{あいしょう}性^よも良く

いたもの 炒め物やチャーハンの具^ぐにしてもおいしく食^たべることができます。レタスは

にほんぜんこくかくち いちねんじゅうさいばい 日本全国各地で一年中栽培されています。今日は学校^{きょうがっこう}で育てた^{そだ}レタスも入っ

ています。学校^{がっこう}のレタスはサニーレタスと言^いって、葉^はがちぢれていて黄緑色^{きみどりいろ}が

こ濃^こいものです。

