

2月28日(水)

今日の給食は ごはん チキン味噌カツ 大根と白菜の浅漬け 豆腐のすまし汁 牛乳です。

はいぜん
配膳のしかた

浅漬け
チキンカツ

牛乳

ごはん

汁

みそ しゅるい
味噌の種類



みそしる ばいあ えんぶん やく ぐらむ
味噌汁 1杯当たりの塩分は約1 g です

味噌は今から1300年程前に中国から伝わりました。最初は高級品で貴族や裕福な武士の食べ物でしたが、江戸時代になり各地で様々な味噌が造られるようになり、広く食べられるようになりました。味噌には大切な栄養素がたくさん入っています。