



『おらほの給食日本一！！』を目指して

五 一 中 今日の給食

平成29年7月1日(土)

創立70周年記念体育祭

献立

だまこ汁・かぼ缶ケーキ・即席漬け・牛乳・アイス

かぼ缶パンケーキ

- ・かぼ缶 35g
- ・ホットケーキミックス 30g
- ・卵 7g
- ・スキムミルク 5g
- ・かぼ缶の汁 適宜

○作り方

1 材料混ぜて、オーブンで焼くだけ。

※ご存じ「かぼ缶」使ったパンケーキ、ほんとに簡単混ぜて焼くだけです。

今日の地場産物は「だまこ」はもちろんのこと、地鶏、かぼ缶、きゅうり、ねぎ、舞茸、糸こんにゃく等盛りたくさん。お腹がいっぱいになる、満足の一品です。



熱量 899kcal たんぱく質 38.5g 脂質 21.5mg カルシウム 542mg 価格 431.32円

栄養士コメント

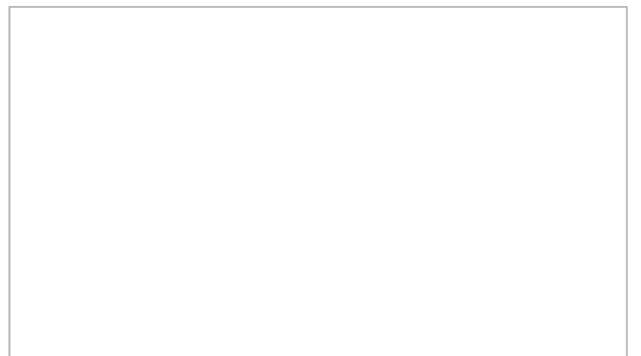
。。。 さすが900kcal物ともせず
完全完食しました！！

地場率(カロリーベース) 74%

曇天の空に下、多少のプログラムの変更はありましたが体育祭決行です。校内では米消費拡大地域活動推進委員会のメンバーのみなさんが来て下さり給食のだまこを握ってくださいました。作りたてふわふわでとてもおいしかったです。

今日は
学校にボラン
ティアの方々
が来てだまこ
作りです。





乱高下