

ふるさと給食



【献立の例】

- ★ 古代米ごはん
 - ★ さつまいもコロッケ
 - ★ かぶの炒め物
 - ★ 舞茸のお吸い物

対象学年等

小学校3、4年生

【作り方】

- ① かぶの葉は、下ゆでしておく。
 - ② フライパンに油を熱し、ベーコンを炒める。
 - ③ かぶ、かぶの葉を順に入れて炒める。
 - ④ 調味料を入れて、味をととのえる。



《おすすめポイント・調理のポイント等》

- ・給食では、福井県産の「かぶ」を使用しました。
 - ・かぶは、根も葉も丸ごと食べられ、骨や歯を丈夫にするカルシウムが豊富に含まれています。ご家庭でもぜひお試しください。