

♪食育・やさいの日献立♪8月♪

8月19日(木)



テーマ野菜：ピーマン

毎月19日は、“食育・やさいの日”です。今月は、旬の『ピーマン』を使用した、『ピーマンとツナの炒め煮』です。



献立

- ご飯
- 鶏肉のねぎみそ焼き
- ピーマンとツナの炒め煮
- すまし汁
- ぶどう
- おやつ
- ココアトースト



ぶどうを一粒ずつつまみ、皮をむいて食べました。



イラストは出町書房より