



かみかみこんだて



12月2日(月)

- ・黒糖パン
- ・チリコンカン
- ・ハムサラダ
- ・牛乳



良くかんで食べるかみかみ献立です。カルシウムたっぷりのほねぶと献立でもあります。キャベツはヨーロッパの生まれです。古代ギリシャ、ローマの時代から食べられていた最も古い野菜の一つです。日本へは江戸時代に伝わりました。キャベツは1年中食べることが出来ますが、今の季節は冬キャベツと言って何枚も重なったはがしっかりと巻かれています。ずっしりと重いキャベツです。今日はハムサラダに使っています。