

12月12日（金）

- そぼろどんぶり
- レモン和え
- みそ汁
- 牛乳



今日は、ごはんのうえにそぼろをかけてもりつけましょう。今日のみそ汁は削り節でだしをとっています。だしは、煮干や昆布などを水で戻したり、煮だしたりしてうまみ成分を抽出した液体です。和食の味わいのベースになり、うまみやこく、かおりなどを加えて料理をおいしくします。野菜などの食材が持つ本来の味を引き立てる役割もあります。給食では、削り節や昆布、煮干、干しいたけなどからだしをとっています。