



## ほねぶとこんだて



6月23日（月）

- ご飯
- ぶた肉と厚揚げの  
みそ炒め
- 切り干し大根の甘酢かけ
- 牛乳



今日はカルシウムたっぷりのほねぶと献立です。今日の給食のぶた肉とあつあげのみそ炒めには精華町でとれたたまねぎが使われています。ぶた肉とあつあげのみそいためには、あつあげがたくさん使われています。あつあげはとうふを油で揚げたものです。あつあげは油揚げとちがい、中はやわらかいので「なまあげ」とよばれる時もあります。今日は熱湯で油抜きしたあつあげを一口大に切り、ぶた肉や野菜といっしょに炒めてみそ味で味付けしたものです。