



ほねぶとこんだて



2月26日（木）

- ご飯
- 関東煮
- エノキのポン酢和え
- 牛乳



カルシウムたっぷりのほねぶとこんだてです。えのきだけは晩秋から冬にかけて、エノキ、ブナ、柿などの枯れ木の根元や切り株にできるきのこなのでその名前がついたそうです。雪の下とも言うそうです。給食で使っているえのきだけは温室で栽培されたものなので白くて細長いです。食物せんいやビタミンB1,B2がたくさん含まれています。