

6月13日（月）

- 小型パン
- きつねうどん
- 洋風切干大根
- 牛乳



切干大根は、大根を細く切り、天日で干して乾燥させた食べ物です。太陽の光を浴びることで、甘みが増えて栄養価も増加します。食物せんいや、カルシウムなどが生の大根とくらべて増えます。今日はその切干大根をオリーブオイルでいためてにんにくの風味を加えて洋風に仕上げています。おいしくいただきます。