

4月23日(火)

ご飯

いかのかりんとうがらめ

野菜のごまかけ

豚汁

牛乳寒天の苺ソース添え

牛乳

いかのかりんとうがらめ いかを片栗粉をまぶ

し、油で揚げます。そこに少し甘めのしょう油だ
れをからめて作ります。

『いか』はよくかむことでうま味が引き出され、
美味しく食べることができます。

生姜	：	高知
にんじん	：	徳島
小松菜	：	埼玉
キャベツ	：	愛知
もやし	：	栃木
ごぼう	：	青森
大根	：	千葉
じゃが芋	：	鹿児島
長ねぎ	：	千葉
しモン	：	アメリカ
いちご	：	栃木
いか	：	ペルー
豚肉	：	群馬