

## 10月7日(木)【今日のおすすめレシピ】 もやしサラダ

- ・干ひじき 1g ・もやし 35g ・人参 15g ・パプリカ(黄) 10g ・ツナ 10g
- ・酢 小さじ1/2 ・醤油 小さじ1/4 ・ごま油 小さじ1/4 ・砂糖 ひとつまみ
- ・おろしにんにく 少々 ・炒りごま 小さじ1/2

ひじきは水で戻しておき、野菜は千切りにして茹でて冷まします。調味料を合わせてドレッシングを作り、ひじき、野菜、ツナと和えて出来上がりです。

にんにくとごまの香りが食欲をそそるサラダです。

### 普通食



### 後期食



### 中期食



### 初期食



### A部門 高等部 1年 給食の様子

高等部の生徒は、毎日給食を残さず食べるほど、給食の時間を楽しみにしています。朝の会では、給食が紹介されると「今日はカレーだから楽しみです。」という声が聞かれます。給食が始まると、「もやしの食感が良くて食べやすいです。」「米とカレーがマッチして美味しいです。」と大好評です。