

# 給食速報

10月9日(木)

## 献立

- ・むぎごはん
- ・牛乳
- ・タラのピリからマヨ焼き
- ・里芋とこんにゃくのおかかに
- ・りんご



里芋は埼玉県が生産地1位の食材です。

埼玉県産の里芋は、実が大きく煮ものにしても煮くずれの少ないお芋です。

今の時期が旬になります。煮物・揚げ物・炊き込みごはんなどいろいろな料理に使えます。

