

給食速報

2月13日(木)

献立

- ・黒米とさつまいものごはん
- ・牛乳
- ・たらのきのごソースかけ
- ・豆乳味噌汁
- ・スイーツフリング



今日のごはんには「黒米」と呼ばれる品種のお米を使って炊いています。
少し加えるだけで、白いお米もほんのりと色がつきます。
黒米の色には視力をよくする力と内臓を強くする力があります。
中国では古くから伝わるお米の一つで、日本に一番初めに来たお米も黒米だと言われています。