

ランチメール

きょう 今日のこんだて

9.27

- ・ジャーマンポテトサンド
- ・バナナ
- ・コーンスープ
- ・牛乳

ジャーマンとは「ドイツの」という意味で、ドイツ風のじゃがいも(ポテト)料理がジャーマンポテトです。今日は40枚以上のじゃがいもを使いました。

じゃがいもには皮ふや体の調子をととのえてくれるビタミンCがたくさんふくまれています。とくにじゃがいもの

ビタミンCは加熱してもこわれにくいことが
特ちょうです。今日は

パンにはさんで食べてください。

