

令和8年4月13日(月)



★ 大学芋

★ 牛乳

★★★ ビビンバ
☺八王子産こまつな

★くずきりスープ
☺八王子産ながねぎ、白菜

令和7年4月13日(月)

＼日本の伝統的な保存食／

『切り干し大根』

●切り干し大根

大根を細く切って乾燥させ、長期保存できるように加工された「乾物」です。

乾燥によって、

辛みが甘みに変わりおいしさ↑
カルシウムも含まれるので、栄養価よい食材です。

ビビンバの豚肉と一緒に炒めると味が染み込んでおいしい👍

