

1月16日（月）

きょうは、“鉄骨^{てっこつ}いなりちらし”についてのお話しをします。

“鉄骨^{てっこつ}いなりちらし”は、第3回の埼玉県B級グルメ王に輝^{かがや}いた鉄骨^{てっこつ}いなりを給食用にアレンジした献立^{こんだて}で、^{いもの} 鋳物工場の神様としてお祭りしている、お稲荷様^{いなりさま}の油揚げ^{あぶらあ}と、鉄のイメージから、鉄分^{てつぶん}を多く含む^{ふく}ひじき・桜^{さくら}エビ・白ごま^{くわ}を加えた献立^{こんだて}となっています。カルシウムや鉄分^{てつぶん}などの栄養^{えいよう}をたっぷりとることができますので、残さずにしっかり食べましょう。