

12月11日（水）

きょうは、“和風ハンバーグ”のタレについてのお話です。

きょうの“和風ハンバーグ”タレは、手作りのポン酢<sup>ず</sup>をベースとした大根おろしソースで、さっぱりと食べられます。「ポン酢<sup>ず</sup>」という言葉は、オランダ語のみかんやオレンジなどのかんきつ類<sup>かじゅう</sup>の果汁という意味がある「ポンス」という言葉からきています。きょうの手作りポン酢<sup>ず</sup>には、レモンの果汁<sup>かじゅう</sup>が使われています。さらに、エリンギやえのきといったきのこ類も使われていて、とってもヘルシーに仕上がっています。きょうの給食もしっかり残さずに食べて、病気に負けない体を作りましょう。