

今日の給食

9月28日 金曜日

ぶどうパン
コーンポタージュ

魚フライ
牛乳

ぶどうパンに入っているレーズンは、完熟したぶどうを天日干ししたものです。レーズンの栄養価は、干すことによりぶどうより高まります。ガンなどを抑制する抗酸化作用があり、整腸作用のある食物繊維、鉄分やカリウムなどのミネラルを豊富に含んでいます。ただし、糖質も多く含むため食べ過ぎには気をつけましょう。



石鹸でしっかり手を洗いましたか？
エプロン・三角巾・マスクをきちんと身につけていますか？
みんなの給食です!! スムーズな配膳ができるように、

二学期も残さず食べよう!!

◎今月の給食目標◎

「三食きちんと食べて生活リズムを整えよう」