

今日の給食

10月5日 金曜日

はちみつレモースト ポークビーンズ スパイシーサラダ 牛乳

はちみつレモーストのレモンは、クエン酸を多く含んでいます。クエン酸は酸っぱいと感じる酸味成分で、梅干しやレモンなどの柑橘類などに含まれています。ミネラルの吸収をサポートして熱中症を予防、殺菌効果による食中毒予防、お掃除にも役立ちます。代謝促進や体調維持にも優れた効果が期待されるので、意識して取り入れていきたいですね。

後期保健給食委員は、今日から活動開始です。みんなで協力して楽しい給食の時間にしましょう！！



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◎

「協力して素早く準備にとりかかろう」