

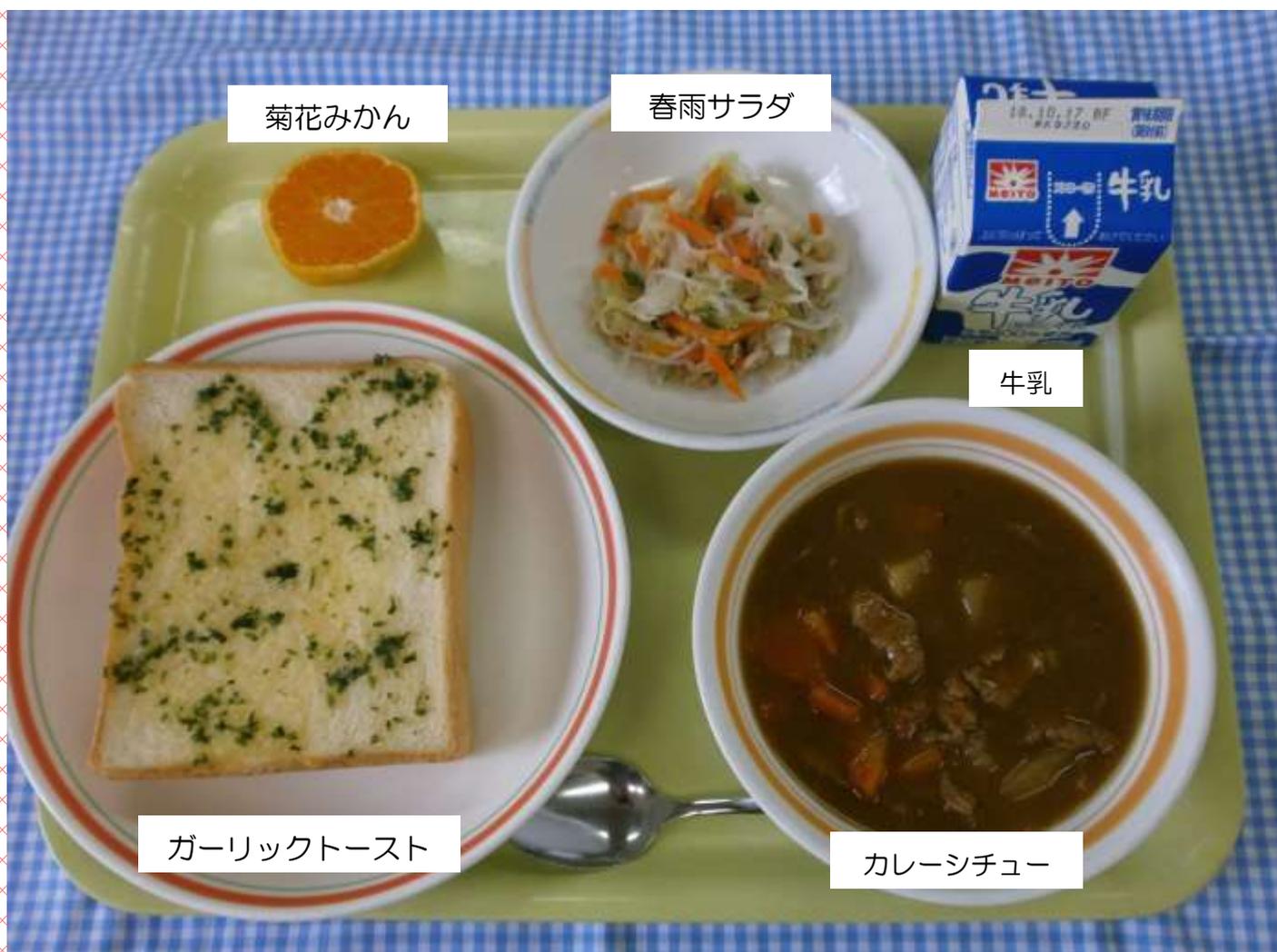
今日の給食

10月10日 水曜日

ガーリックトースト 春雨サラダ カレーシチュー  
菊花みかん 牛乳

今日は『目の愛護デー』です。皆さんは目を大切にしていますか？スマートフォンやゲーム機など、何かと目を使う機会が多い現代、近視になる小中学生が増えているそうです。目の健康を意識して過ごしてみましょう。

ビタミンAは、目の健康には欠かせません。人参やほうれん草などの緑黄色野菜、鶏・豚レバー、うなぎ、乳製品などに多く含まれています。油に溶けやすい脂溶性ビタミンなので油と一緒に食べることで体内への吸収率を上げることができます。



菊花みかん

春雨サラダ

牛乳

ガーリックトースト

カレーシチュー

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」