

今日の給食

10月26日 金曜日

もやしつけ麺  
柿

ジャンボ焼売  
牛乳

もやしは、豆類の種子を発芽させたもので、カイワレ大根や豆苗などと同じスプラウト（発芽野菜）の一種です。緑豆、ブラックマッペ、大豆のもやしが主に生産されており、豆の状態ではほとんど含まれていないビタミンCなどの栄養成分が発芽によって合成されます。一年中買うことができますが、傷みやすいので早めに使いきる必要があります。

青森県の大鰐温泉もやし、山形県の小野川もやしは、今でも温泉を利用して栽培されている貴重な伝統野菜です。



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」