

今日の給食

7月12日 金曜日

麦ご飯 はがつおの竜田揚げ 金時豆の甘煮
キャベツといんげんのごま和え みそけんちん 牛乳

毎月13日は、一汁三菜の日です。和食の主食である『ご飯』に、『汁物』と3つの『菜（おかず）』を組み合わせた献立です。三菜は、主菜はたんぱく質を中心とした1品、副菜は野菜を使った2品で、主食と汁物だけでは不足している栄養を補います。

今日の給食の献立は、一汁三菜です。

普段から、バランスの良い食事を心がけるようにしてみましょう！！



給食前は、しっかり手を洗いましょう！

◎今月の給食目標◎
「残さず食べて、夏バテしない体づくりをしよう」