

今日の給食

9月4日 水曜日

海鮮焼きそば

ブルーベリーのケーキ

中華卵スープ

牛乳

「海鮮焼きそば」に入っているイカとエビは、高たんぱく・低脂肪な上にうま味があります。今日の焼きそばは、豚肉や干し椎茸などを加えているので、さらに美味しく仕上がっています。

「ブルーベリーのケーキ」のブルーベリーには、この時期に採れる国産のブルーベリーを使っています。ブルーベリーには、ポリフェノールの一種の『アントシアニン』が入っていて、眼精疲労や視力回復に効果があります。味わって食べて下さい。



**二学期も残さず食べよう！！**

◎今月の給食目標◎

「正しい姿勢で食べよう」