

今日の給食

6月3日 月曜日

小松菜ご飯
ミニトマト

つくねの和風あんかけ
もずく汁 牛乳

「小松菜ご飯」の小松菜は、鉄分、カルシウムが豊富な緑黄色野菜です。カルシウムは牛乳や乳製品にも多く含まれていますが、小松菜などの青菜や小魚、木綿豆腐、海藻などにもカルシウムが豊富に含まれています。日頃からカルシウムをしっかり摂って、骨や歯を丈夫にするよう心がけましょう！



給食前は、しっかり手を洗いましょう!!

◎今月の給食目標◎
「よくかんで食べよう」