

今日の給食



6月18日 火曜日



かやくご飯
白菜のおひたし

めだいの干草揚げ
油揚げと豆腐のみそ汁

牛乳

「めだいの干草揚げ」は、東京都の八丈島から直送の「めだい」という魚のすり身と、「明日葉」を使った揚げ物です。明日葉は緑黄色野菜で、体内でビタミンAに変わるβカロテンが豊富です。ビタミンAは、皮膚や目、口、内臓の粘膜を健康に保つ作用があります。

今日は、八丈島を思い浮かべて味わって下さい！



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」