

今日の給食

10月27日 火曜日

スタミナライス 甘酢漬け 中華スープ 牛乳

「スタミナライス」には「にんにく」が入っています。にんにくの香りの元であるアリシンは強い殺菌作用の他、がんや血栓を予防する効果があるといわれています。今日のように、ビタミンB1を含むぶたにくと一緒に食べるとエネルギー代謝に役立ち、パワーの源になります。甘酢漬けの「かぶ」と、中華スープの「小松菜」は地場産・田倉農園さんの野菜です。



◎10月の給食目標◎

「後片付けをきちんとしよう」

食器は割れないようにそっと片付けましょう。

※飲み終わった、牛乳パックは「リサイクルありがとう」と書かれた面の左側接着面に沿って開いていくと、無理なく長方形に開きます。