

今日の給食

11月30日 月曜日

小松菜チャーハン ピリ辛漬け ワンタンスープ みかん 牛乳

今日はチャーハンとワンタンスープに、地場産・田倉農園の小松菜をつかいました。
小松菜は、東京の小松川から広がった野菜です。冬が旬で、カロテンが豊富、青菜のなかでも特にカルシウムが多い特徴があります。みかんでビタミンCも補給して、元気に過ごしましょう！

みかん



ピリ辛漬け 30g



牛乳



炒飯 230g



ワンタンスープ 220g



◎11月の給食目標◎

「感謝して食べよう」

食べ残しをしないように努力しましょう。

寒く乾燥した感染症の流行しやすい季節です。

食事の前後は特に、手をよく洗いましょう。