

今日の給食

12月15日 火曜日

シナモンアップルトースト チリコンカン 大根サラダ 牛乳

シナモンアップルトーストの赤い色は、「紅玉りんご」を皮つきで煮た自然の色です。
チリコンカンに入っている「大豆」は、畑の肉と言われるほど良質なたんぱく質が豊富です。
動脈硬化を防ぐ不飽和脂肪酸や、記憶力を高めるレシチンも豊富なので、残さず食べましょう。
大根サラダに使用したキャベツは、田倉農園さんの地場野菜です。



◎12月の給食目標◎ 「衛生面に気をつけて食事をしよう」

冬は、寒く乾燥するので感染症の流行しやすい季節です。

食事の前後は、せっけんを使ってしっかり手を洗いましょう。