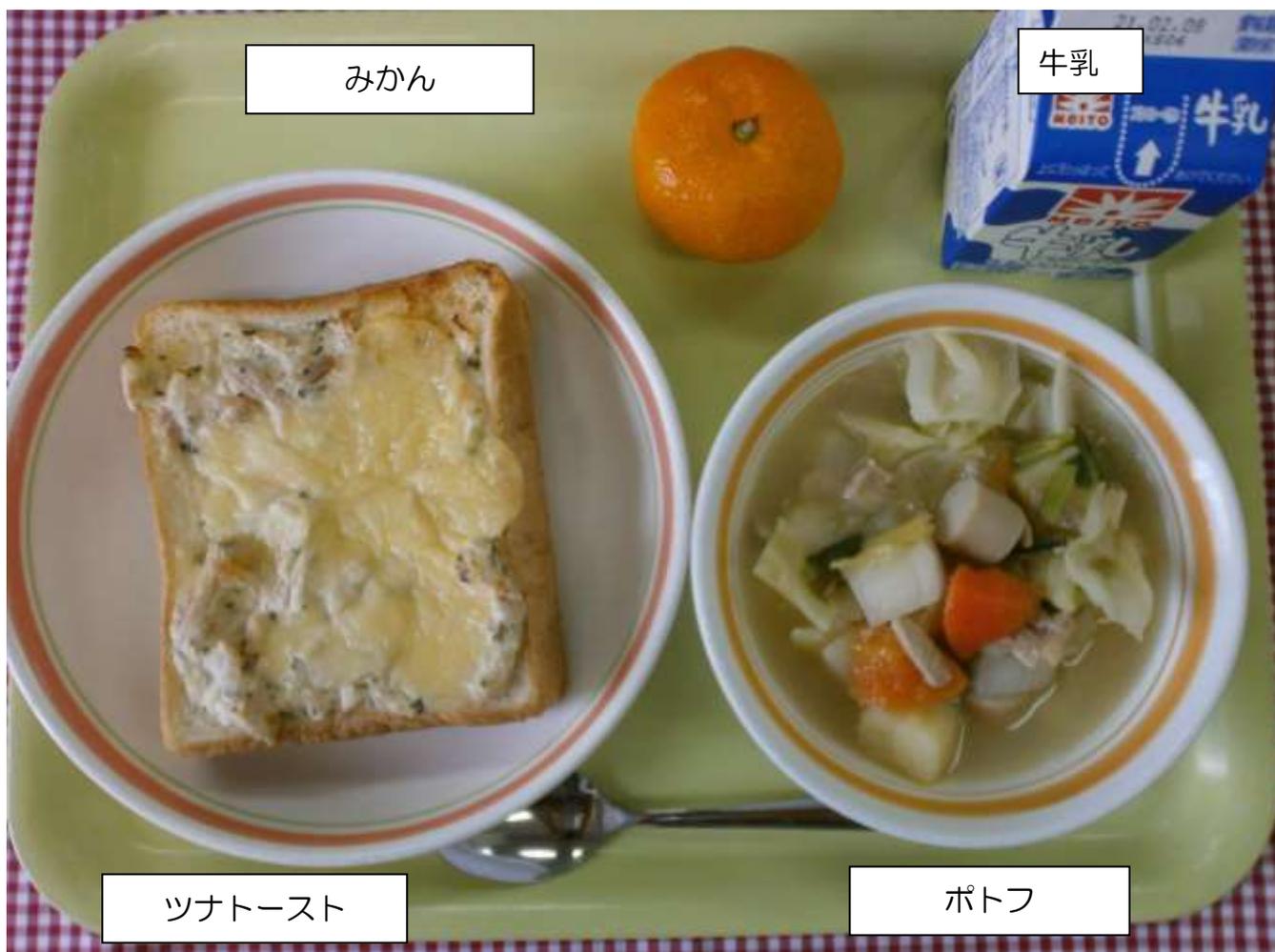


今日の給食

2月1日 月曜日

ツナトースト ポトフ みかん 牛乳

ツナトーストは、ツナ・玉ねぎ・パセリ・チーズをのせて焼いています。チーズは牛乳の加工品で世界中に500以上の種類があります。カルシウムが多く、ビタミンAやB2も含み栄養豊富です。チーズのたんぱく質は、熟成の過程でより消化・吸収しやすい形になっています。今日はチーズの塩分を考慮して、パンは塩を使っていない「無塩食パン」を使用しています。根菜がたくさん入ったポトフで体をあたため、みかんでビタミンCをとって、免疫力を維持しましょう。



◎2月の給食目標◎
「しゃべらないで配膳しよう」

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。

食事中は、おしゃべりせずに、よく噛んで食べましょう。