

今日の給食

6月26日 金曜日

## ミルクパン 鶏肉と夏野菜のスープ煮 あんずジャム 牛乳

なす・ズッキーニ・トマト・ピーマンなど、今が旬の野菜を使ったスープ煮です。野菜は旬の時期に一番栄養価が高く、その時期に体に必要な栄養素が入っています。なすのポリフェノール、ズッキーニのカリウム、トマトのリコピン、ピーマンのビタミンCなど、健康によい働きをしてくれます。野菜には食物繊維が多いので、腸内環境も整います。スープにも栄養が出ているので残さず食べてくださいね。

牛乳

ミルクパン/あんずジャム

鶏肉と夏野菜のスープ煮

◎今月の給食目標◎

「しっかり手を洗おう！！」

静かに、よく噛んでたべましょう。

※牛乳パックは「リサイクルありがとう」の左側から接着面に沿って開くと、それほど力を使わずに「長方形」に開くことができます。ご協力をお願いします。