

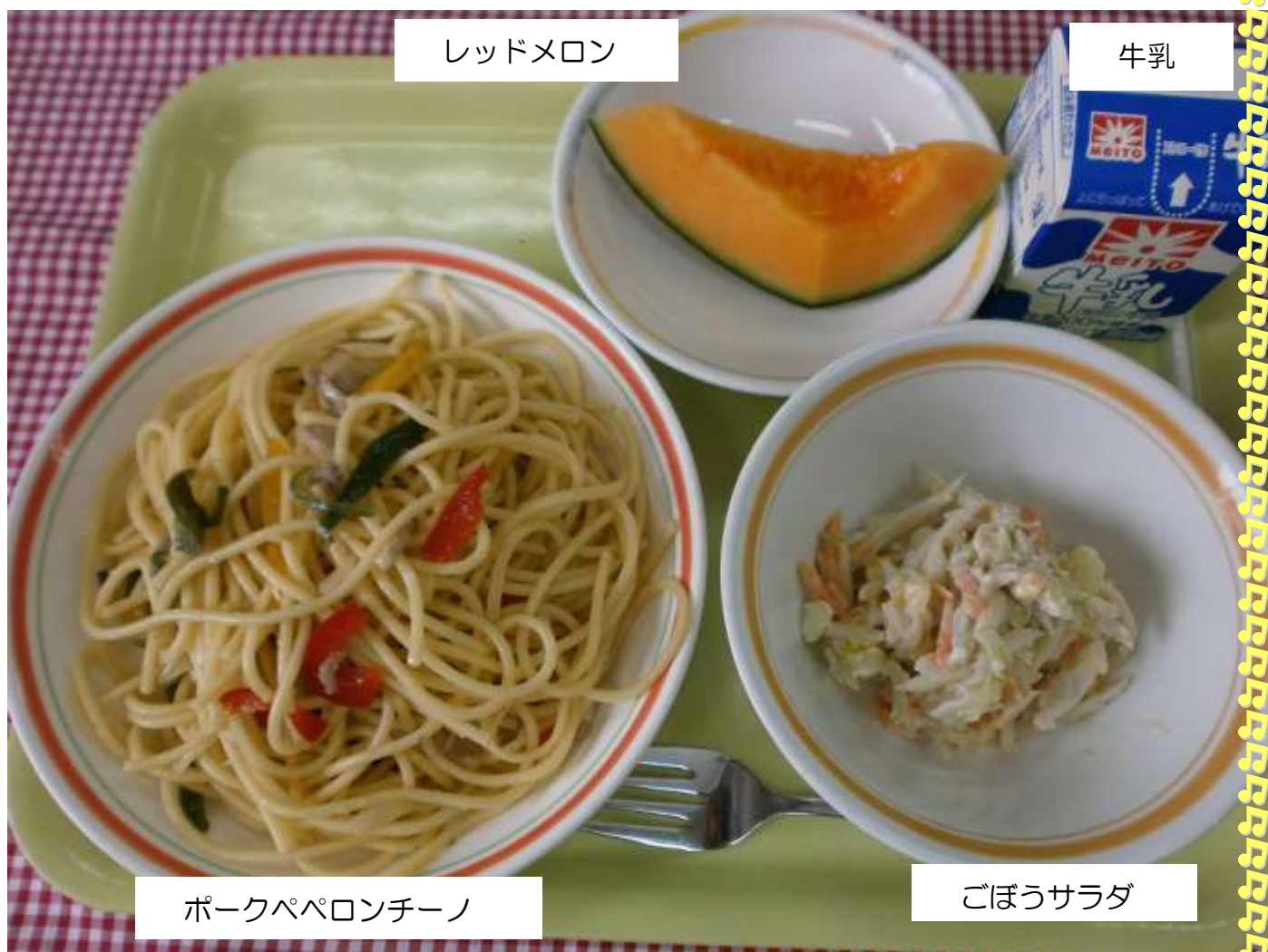
今日の給食

7月14日 火曜日

ポークペペロンチーノ ごぼうサラダ レッドメロン 牛乳

今日は保谷第二小学校のバイキング給食で大好評だったポークペペロンチーノです。

デザートのにごもんに、体の調子を整えるビタミン類や、取りすぎた塩分の排出を促すカリウムなどのミネラルが含まれています。今日のレッドメロンはカロテンの多い赤肉種です。カロテンは体内でビタミンAに変化し、免疫系を守る働きをします。旬の食べ物には、その時期に体が必要とする栄養素が含まれているので、残さず食べて元気に過ごしましょう。



◎ 1学期の給食目標◎

「しっかり手を洗おう！！」

静かに、よく噛んでたべましょう。

※飲み終わった牛乳パックは「リサイクルありがとう」と書かれた左側の接着面から、つなぎ目をはがすように開くと、無理なく長方形に開きます。ご協力お願いいたします。