

今日の給食

4月23日 月曜日

胚芽米ご飯 豚肉と厚揚げの味噌炒め ビーフンスープ ニューサマーオレンジ 牛乳

胚芽米は、米を精米する際に胚芽が残るように精米したものです。ビタミンB1、B2、Eなどを多く含んでいます。ビタミンB1は、体内でのエネルギーの生産や皮膚や粘膜の健康維持を助ける働きをします。不足すると糖質がうまくエネルギーにならないため、食欲がなくなったり、疲れやすい、だるいなどの夏バテのような症状になってしまいます。

午後もしっかり行動できるように、残さず食べましょう！！



石鹸でしっかり手を洗いましたか？
エプロン・三角巾・マスクをきちんと身につけていますか？
みんなの給食です！！スムーズな配膳ができるように、

みんなで協力して準備しましょう！！

◎今月の給食目標◎

「協力して、給食の準備と後片付けをしよう」