

今日の給食

11月5日 月曜日

里芋ご飯 秋刀魚の塩焼き 即席漬け  
味噌汁 牛乳

里芋が旬を迎えました。今年も向台町の田倉農園さんから掘りたての里芋が届きました。

里芋の主成分はデンプンですが、たんぱく質やビタミンB群も豊富で、カリウムはイモ類の中で最も多いです。また、食物繊維も十分で、便通をよくする働きもあります。

旬の里芋ご飯、味わって食べましょう！！



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、

**二学期も残さず食べよう！！**

◎今月の給食目標◎  
「感謝の気持ちを持って食べよう」