

今日の給食

11月11日 月曜日

ガーリックライス
人参ドレッシングサラダ

鮭のマヨネーズ焼き
ミネストローネ 牛乳

「ガーリックライス」のガーリックはにんにくの事です。西洋料理や中華料理に欠かせないにんにくは、古くから滋養強壮をもつ薬用植物として知られてきました。注目すべき成分は、香りのもとである「アリシン」で、強い殺菌作用があります。また、糖質をエネルギーに変えるビタミンB1の吸収を高め、体を元気にします。しっかり食べてパワーをつけましょう！



二学期も残さず食べよう！！

◎今月の給食目標◎

「感謝の気持ちをもって食べよう」