きゅうしょくつうしん



【11月6日（金）のこんだて】

★きんぴらごはん　★牛乳

★焼きししゃも　★春雨サラダ

★吉野汁

今日の給食には、10種類の野菜を使っています。みなさんは、なぜ野菜を食べなくてはいけないのかを考えたことはありますか？野菜には、『ビタミン・ミネラル・食物繊維』という栄養素が入っています。この栄養素は、みなさんのおなかの調子を整えたり、病気に負けない体を作ってくれます。