

5 月 23 日 (木)

❖ 今 日 の 給 食 ❖

★ 今日の食材の産地★

さら い ち ちゅうい
お皿の位置に注意しよう！



フルーツヨーグルト

チリミートtoast

マカロニポトフ

しよくざいめい
食材名

さん ちめい
産地名

にんにく

ショウガ
生姜

タマ
玉ねぎ

ニンジン
人参

じゃが芋

キャベツ

ブタニク
豚肉

トリニク
鶏肉

アオモリ
青森

コウチ
高知

トチギ
栃木

トクシマ
徳島

ナガサキ
長崎

アイチ
愛知

ゲンマ
群馬

ミヤザキ
宮崎

今日の給食は、チリミートtoast、マカロニポトフ、フルーツヨーグルトです。

チリミートtoastには、「チリパウダー」という辛い調味料が入っています。今日のように暑い日には、辛い物を食べて体の中にもっている熱を汗にして出す効果があります。そうすることで、体のバランスが良くなり、熱中症にもかかりにくくなります。食事で汗を出せば血流も良くなり、調子も良くなります。運動会までもう少し！練習の成果が出せるように元気に過しましょう。