

9月30日（水）

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！

パインゼリー



牛乳

森のカレーライス

フレンチサラダ

食材名

産地名

とりにく

宮崎

にんにく

青森

しょうが

高知

たまねぎ

北海道

にんじん

北海道

じゃがいも

北海道

しめじ

長野

マッシュルーム

千葉

キャベツ

長野

きゅうり

千葉

もやし

栃木

今日で9月も最終日となります。長い長い夏休みが終わりひと月ほど経ちましたが、ねむい・だるい・頭が痛いなどの症状が出る“9月病”の人はもういませんか？ もしも、まだ“9月病”になっている人がいるのなら、毎日の生活リズムを見直してみましょう！健康な毎日を過ごすためには早寝・早起き・栄養のある食事が大切です。

10月を元気にスタートするためにも、きちんとした生活リズムを身につけましょう！！

9月最後の給食は、きのこいっぱい「森のカレーライス」とドレッシングがおいしい「フレンチサラダ」にさわやか「パインゼリー」です。今日もたくさん食べて、10月も元気に登校してくださいね☆