

5月24日(火)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!

冷凍みかん

牛乳

あぶたま丼

ツナと野菜のからしあえ

食材名

産地名

とりにく

宮崎

たまご

群馬

しょうが

高知

にんじん

徳島

たまねぎ

佐賀

こまつな

東京

きゅうり

千葉

もやし

栃木

ほししいたけ

大分・鹿児島

冷凍みかん

和歌山

グリーンピース

ニュージーランド

今日も朝から暑い1日となりました。今日は昨日よりも気温は低いですが、湿度が高いため“熱中症”になりやすくなっています。休み時間や体を動かす前には、必ず水を飲み、水分を補給しましょう!!

今日の給食は「あぶたま丼」に「ツナと野菜のからしあえ」と「冷凍みかん」です。

「あぶたま丼」は、油揚げと卵の頭文字をとって名付けられた栄養たっぷりのどんぶり料理です。油揚げも卵も、強い体づくりには欠かせないたんぱく質がたくさん入っているので、しっかりと食べてくださいね☆

運動会本番まであと4日! 運動会前に体がバテないためにも栄養・休養をきちんと取ることが大切です。