

5月26日(木)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！

もやしサラダ

牛乳

ジャージャーめん

にらたまスープ

食材名

産地名

ぶたにく	埼玉
とりにく	宮城
たまご	群馬
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	佐賀
もやし	栃木
たけのこ	熊本
ながねぎ	栃木
きゅうり	千葉
こまつな	東京
だいこん	茨城
えのきたけ	長野
にら	茨城

運動会本番まであと2日。今日は昨日に比べて、蒸し蒸しと暑い日となりました。今日のように蒸し暑い日は「熱中症」になりやすいので、しつこいようですが、運動前・運動後・休み時間などには必ず水分補給を忘れず

にしましょう！もちろん、しっかりと食べて栄養補給すること、しっかりと寝て休養をとることも大切です。

今日の給食は、「ジャージャーめん」に「もやしサラダ」と「にらたまスープ」です。

「ジャージャーめん」は、スタミナたっぷりの肉みそを中華めんによくからめて食べる人気メニューです。

「もやしサラダ」は体の熱を取ってくれ、「にらたまスープ」も栄養満点なので、たくさん食べましょう！！