

6月20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!



食材名	産地名
とりにく	宮崎
じゃがいも	長崎
たまねぎ	佐賀
にんじん	茨城
ピーマン	茨城
キャベツ	長野
マッシュルーム	千葉

今日の給食は「ピザトースト」に「マカロニポトフ」と「フルーツヨーグルト」です。給食ではよくある組み合わせのメニューですが、実はこの組み合わせ、給食(昼ごはん)だけではなく、朝ごはんにもピッタリのメニューなんです!

特に「ピザトースト」はパンの上に肉や野菜、チーズなどが乗っているので栄養バランスがよく、主食とおかずが一緒に食べられるので、時間のない朝にはおすすめの一枚です。

また、「マカロニポトフ」と「フルーツヨーグルト」も肉・野菜・果物・乳製品などがバランスよく食べられ、主食の「ピザトースト」だけでは足りない栄養素をとることができます。

これからプールの授業でたくさんの体力を使うので、給食はもちろん! 朝ごはんや夕ごはんもしっかりと食べましょう😊