4月 15日（月）　✿ 今日の給食 ✿

お皿の位置に注意しよう！

★今日の食材の産地★

食材名	産地名
新たけのこ	熊本
人参	徳島
しめじ	長野
さやえんどう	鹿児島
キャベツ	愛知
もやし	栃木
大根	茨城
小松菜	埼玉
長ネギ	埼玉
鶏肉	宮崎
きびなご	熊本
豚肉	埼玉・群馬

今日の給食は、たけのこごはん、きびなごのから揚げ、味噌ドレッシングサラダ、のっぺい汁です。

きびなごを食べると、体にどんな良いことがあるか知っていますか？きびなごは、頭から尻尾まで全部食べられる魚なので、カルシウムを丸ごととることが出来ます。カルシウムを沢山取ると、骨が強くなり丈夫な体を作ることが出来ます。また、DHAという成分も入っているので、脳の働きが良くなり、記憶力や暗記力がアップするという効果もあります。

新学期になり、勉強も覚えることが多くなっているかもしれませんが、皆さんが頑張れるように給食を通して応援しています。