

もぐもぐニュース

6月17日の給食

・ごはん

スプーン1杯

・のりのつくだ煮

あつあ ぶたにく みそいた
・厚揚げと豚肉の味噌炒め

・にら玉汁 ・牛乳

おたまで1杯



深いおたまで1杯

しゃもじ・・・ごはん



スプーン・・・つくだ煮



おたま・・・味噌炒め



おたま、深いおたま・・・にら玉汁



☆豚肉について

豚肉は、日本では約1800年前から食べられてい

たと言われています。豚肉には、ビタミンB1という

えいよう ぎゅうにく とりにく ふく
栄養が、牛肉や鶏肉よりも多く含まれています。

ビタミンB1は疲労回復を早めてくれるので、
スポーツをした後に食べるのにおすすめです。

あじわって食べましょう！

栄養教諭：鷹取