しいらは魚だよ

もぐもぐニュース

7月10日の給食

- しいらの揚げ煮丼
- 水菜と麸(ふ)のみそ汁
- ゆでとうもろこし
- 牛乳

具はおたまで１杯

深いおたまで１杯弱！

しゃもじ・・・ごはん

おたま…しいら

おたま、深いおたま・・・みそ汁

トング…とうもろこし

☆とうもろこしについて

とうもろこしは、夏(なつ)が旬(しゅん)の食べ物です。エネルギーのもとや疲労回復(ひろうかいふく)を早めてくれる栄養、おなかの調子(ちょうし)を整(ととの)える栄養がたくさん含(ふく)まれています。特(とく)に、軸(じく)に近い部分に栄養がたくさんありますので、丁寧(ていねい)に外(はず)して食べるのがおすすめです！今日のとうもろこしは給食委員と保健委員が朝皮むきをしてくれました。感謝して食べましょう！

栄養教諭：鷹取