

# もぐもぐニュース

## 2月13日の給食

- ・キャロットライスのクリームソースかけ
- ・スパニッシュオムレツ
- ・キャベツスープ
- ・豆乳ココアプリン ・牛乳



しゃもじ…ライス



おたま…ソース



トンダ…オムレツ



おたま、深いおたま…スープ



てぶくろ…プリン



## ☆ココアについて

ココアは、カカオを原料として作られます。約300粒のカカオ豆からだいたい1kgのピュアココアが取れるそうです。寝る前にココアを飲むことで体がリラックスしやすくなり、質の高い睡眠を得られる可能性があります。今日は一日早いですが、バレンタインということでデザートを豆乳ココアプリンにしました。あじわって食べましょう！

栄養士：若狭