

令和7年度

もぐもぐニュース

10月27日の給食

- ・セサミトースト(深皿)
- ・コールスローサラダ(小皿)
- ・鮭とブロッコリーのチャウダー(丼)
- ・牛乳



深いおたまで1杯半くらい
量多めです

トング…トースト、サラダ



おたま、深いおたま…チャウダー



☆ごまについて

今日はごまをたっぷり使ったセサミトーストです。ごまは英語で「セサミ」といいます。一粒一粒は小さいごまですが、中には栄養がぎゅっとつまっています。ごまには食事からしか摂れないリノール酸が豊富に含まれていて、これは生活習慣病の予防に効果があるといわれています。栄養満点のセサミトーストを、あじわって食べましょう。

栄養士:若狭