

# もぐもぐニュース

12月19日の給食

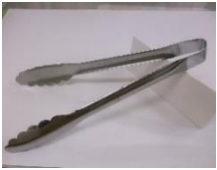
- ・ミートドック
- ・マセドアンサラダ
- ・ヌイユと卵のスープ
- ・キャロットゼリー
- ・牛乳

オレンジ味で  
おいしいよ♡

レードルで  
軽く1杯くらい

深いおたまで  
たっぷり1杯くらい

トング…ドック



レードル…サラダ



おたま、深いおたま…スープ



手ぶくろ…ゼリー



## ☆にんじんについて

にんじんは、強い抗酸化作用を持つβカロテンを

豊富に含む野菜です。βカロテンの多さは、緑黄色

野菜の中でもトップクラスです。βカロテンは体内で

必要な分だけビタミンAに変わり、免疫力を高めてくれます。今日はにんじんを使ってゼリーにしました。

あじわって食べましょう！

栄養士：若狭