

12月11日の給食メニュー

コッペパン フィレオフィッシュ

トマトクリームパスタ いちごミックスジャム 牛乳



アレルギー対応食



乳除去食メニューの
トマトパスタです
(^▽^)/



体をつくるもの	エネルギーになるもの	体の調子を整えるもの
牛乳(大分県産)	コッペパン	人参(熊本県産)
ホキ	油	玉ねぎ
鶏肉(九州産)	ジャム	ほうれん草(宮崎県産)
ベーコン	黒砂糖	エリンギ(熊本・福岡県産)
粉チーズ	スパゲティ	トマト
生クリーム	オリーブ油	

☆ 栄養士のひとくちコメント ☆

空気が乾燥する冬は、かぜなどが流行しやすい時季です。
かぜに負けない丈夫な体をつくるためには規則正しい生活を送り、好ききらいをせずに栄養バランスのよい食事をとることが大切です。そして手についたウイルスなどが口から入らないよう、食事の前の手洗いを忘れずに行いましょう。