

12月18日の給食メニュー

コッペパン ファイルオフィッシュ

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。