

7月16日 の給食メニュー

- ・ごはん
- ・牛乳
- ・中華スープ
- ・アジの変わりソース
- ・ごちそうさん昆布



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 アジ 豚肉 昆布 かつお節	米 片栗粉 ごま油 砂糖	生姜 干し椎茸 たけのこ チンゲン菜 人参 にんにく



ぱくぱくだよい

今月の給食目標は「暑い時期の食事を考えよう」です。暑くて食欲がなくて、食事の量が減るとエネルギーが不足してさらにバテてしまいます。詳しくはうさきゅ〜通信を見てね。