

★ 給食ブログ ★



2024 年 11 月 26 日 (火)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- たらの甘辛ごまだれソース
- 元気納豆
- ダブルわかめの和風スープ



< 給食ニュース >



今日は、「まごわやさしい献立」でした。「まごわやさしい」とは、栄養バランスを整えるためにとりたい、7つの食材の頭文字から成る言葉です。

「ま」…まめ(今日は納豆とみそ) 「ご」…ごま 「わ」…わかめ

「や」…やさい 「さ」…さかな 「し」…しいたけ 「い」…いも(今日は里芋)

7つの食材すべてが、今日の給食に入っていました。教室で、子どもたちにも紹介しました。覚えやすい言葉なので、食材選びのときに、ぜひ参考にされてみてはいかがでしょうか。