

★ 給食ブログ ★



2025 年 12 月 4 日 (木)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- ポークカレー
- ごぼうサラダ
- プチりんごゼリー



< 給食ニュース >



今日の給食は、「ごぼうサラダ」でした。ごぼうは、種類にもよりますが、主にちょうど今頃、秋から冬にかけてが旬です。食物繊維がたっぷり含まれているので、おなかの調子を整えてくれます。積極的に食べたいですね。

また、かみごたえもあるので、よくかんでおいしく食べてほしいなとも思います。ちなみに今日は、カレーとの組み合わせでしたが、カレーは食べやすい上にみんなが好きな料理なので、いつもより食べ終わるのが早い傾向にあります。よくかんで食べてくれているかな?と、ちょっと心配なときもあります。今日はごぼうサラダがあったので、いつもよりよくかんでくれているといいなと思います。(でもやっぱりあっという間に完食していた人がいっぱいいました!カレーの人気はすさまじいです!)