

★ 給食ブログ ★



2026年 4月 17日 (金)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- 照り焼きハンバーグ
- きんぴらごぼう
- あおさのみそ汁



< 給食ニュース >



今日は、あおさのみそ汁が登場しました。

あおさは海に育つ“海藻”の仲間で、さわやかな磯の香りが特徴です。

みそ汁に入ること、香りや風味が加わり、いつものみそ汁とはひと足違ったおいしさを楽しむことができます。

海藻類には、体の調子を整える食物繊維や、カルシウム・鉄・ヨウ素などのミネラルが豊富に含まれています。成長期の子どもたちにとって、ぜひ取り入れていきたい食材のひとつです。普段の食事の中でも、わかめやのり、こんぶなど、さまざまな海藻を意識して食べていきたいですね。