

# ★ 給食ブログ ★



2026年 5月 14日 (木)



## きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- 肉団子
- きんぴらごぼう
- 豆腐のみそ汁
- さかなふりかけ



## < 給食ニュース >



今日は、「さかなふりかけ」が登場しました。

魚には、カルシウムが豊富に含まれており、このふりかけにも給食の牛乳1パックに近いカルシウム量が含まれています。カルシウムは丈夫な骨や歯をつくるために欠かせない成分で、これから成長していく子どもたちに、意識して摂ってほしい栄養素のひとつです。

ふりかけにすることで、普段は魚が少し苦手な子も、今日は自然と口に運べている様子も見られました。これからも、様々な調理法や味付けを取り入れながら、子どもたちが食に親しめる給食づくりを続けていきたいと思っております。