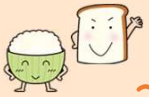
★ 給食ブログ ★



2026年10月22日（木）

きょうのこんだて





- ごはん
- 牛乳
- チキンカレー
- ハッシュドポテト
- 花野菜サラダ



＜給食ニュース＞



今日は「チキンカレー」が登場しました。

カレーは、使うお肉や野菜の種類によって、味わいが変わります。今日は、鶏肉を使ったカレーで、教室からも「おいしい！」という声が聞こえてきました。

鶏肉には、体を作るもとになる「たんぱく質」が豊富に含まれています。成長期の子どもたちにとって嬉しい栄養素のひとつです。

また、「ビタミンB群」も含まれています。ビタミンB群は、ごはんやパンなどに含まれる糖質や、肉や油に含まれる脂質を体の中でエネルギーとして利用するために必要な栄養素です。

体を動かしたり、勉強に集中したりするためにも大切な働きをしています。

お肉の種類によって、味わいも含まれる栄養素も少しずつ異なります。今日のチキンカレーをきっかけに、さまざまな種類の食べ物に興味をもってもらえると嬉しいです。