

★ 給食ブログ ★



2023年10月16日(月)



きょうのこんだて



- ごはん
- 牛乳
- キャベツ入り平つくね
- きんぴらごぼう
- きのこのみそ汁



< 給食ニュース >



今日のおみそ汁には、2種類のきのこが入っていました。みなさん、見つかりましたか？しめじ(ちなみに奈良県産)と、えのきたけが入っていました。教室で質問してみると、たくさんの方がみつけることができていました。秋は、きのこがおいしい季節なので、このメニューにしてみました。きのこはちょっと苦手…という人もいますが、今日のおみそ汁はチャレンジできましたか？きのこには、おなかの中をそうじ「食物繊維」や、骨を強くする手助けをしてくれる「ビタミンD」という栄養が豊富なので、ぜひ食べてほしいと思っています。