

5月20日(火)
食育の日

いりこのかづき

ごはん

にらともやしの炒め物

牛乳

五目うどん



給食には、「いりこ」「しらすぼし」「いかなご」「きびなご」などの小魚が使われています。小魚には、カルシウム・ドコサヘキサエン酸・ビタミンD・ビタミンB群等の栄養素が豊富に含まれており、子どもたちの成長に重要な食品です。

「五目うどん」は、とり肉・ねぎ・油揚げ・にんじん・しいたけ等の具材がたっぷりで、おいしくいただきました。

地元食材は、米・もやし・ちくわ・とり肉です。