

3月 23日 (火)



きょうのこんだて

コッペパン（ブルーベリージャム）
ぎゅうにゅう
チキンレバーカツ
ケチャップに
キャベツときゅうりのサラダ

き	おもにエネルギーのもとになる コッペパン、じゃがいも あぶら、さとう ブルーベリージャム
あか	おもにからだをつくる ぎゅうにゅう、ぶたにく チキンレバーカツ
みどり	おもにからだのちょうしをととのえる たまねぎ、キャベツ にんじん、トマト さんどまめ、きゅうり

クイズ16 今年度の給食で「チキンレバーカツ」はなん回でたでしょうか。

- ① 2回 ② 3回 ③ 4回

一口メモ

○今日の主菜は「チキンレバーカツ」です。

チキンは、けい肉のことです。

レバーは、肝臓のことです。

給食のチキンレバーカツは、けい肉、

にわとりのレバー、たまねぎ、パン粉、小麦粉、

でんぶん、さとう、しお、カレー粉から作られています。

レバーには、不足しがちな栄養素の鉄が多くふくまれています。鉄は、血液の成分の赤血球のヘモグロビン

に使われています。体のすみずみに酸素を運ぶはたらきをします。

鉄が不足してしまうと、息が切れたり、めまいがおこったりします。

給食のチキンレバーカツは、カレー味がついているので、食べやすいです。

○今日で今年度の給食も最後です。明日の修了式は、

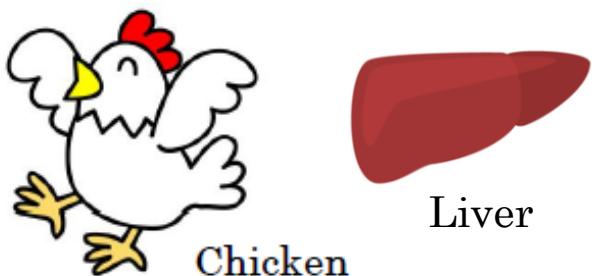
給食はありません。

新型コロナウイルスの影響で給食の時間も、今まで

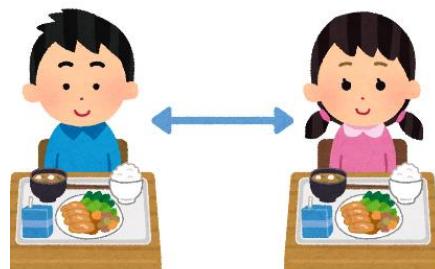
みたいに、グループにならず、全員が前を向いて、しゃべらずに食べました。

来年度も引き続き、コロナウイルスに対応した給食時間になると思います。

4月の給食は、始業式の次の日の4月9日(金)から始まります。お楽しみに。



チキンレバーカツ



じゃがいも	北海道	たまねぎ	北海道	きゅうり	高知県
にんじん	鹿児島県	キャベツ	愛知県	さんどまめ(冷)	タイ