

## 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

## 一口メモ

クイズ16 今年度の給食で「チキンレバーカツ」は何回でたでしょうか。

- ① 2回 ② 3回 ③ 4回

今日の主菜は「チキンレバーカツ」です。

チキンとは、けい肉のことです。

レバーとは、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、

でんぷん、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

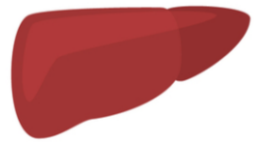
べらずに食べました。

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。



Chicken



Liver



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

ごみの分別 □ 普通ごみ…牛乳ストロー、袋

クイズの答え：②