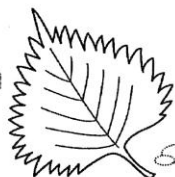


6月分の給食【6／1(月)～6／30(火)】

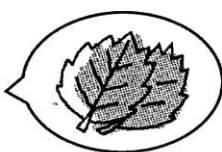
6月2日(火)

しそ



ぎゅう 牛 ひじきそぼろに、
しそがはいっています。

しその葉には、カルシウムやカロテンなどの栄養素が多く含まれています。その他に、カリウムやビタミンB1、ビタミンB2、ビタミンC、食物せんいなども含まれています。



しその香りには、食欲を出す働きがあります。

クイズ2 さごしは、成長すると名前が変わります。何という魚になるでしょう？

- ①たい ②まぐろ ③さわら

一口メモ

○今週は「歯と口の健康強調週間」です。今日のかむかむメニューは「さごしの塩焼き」です。

○1・2年生が苗植えをしました。「さつまいも」「ピーマン」「なす」「きゅうり」「だいず」です。よくがんばりました。

きょうのこんだて

さごしのしおやき
みそしる
ぎゅうひじきそぼろ
ごはん
ぎゅうにゅう

あ か	(おもにからだをつくる)
	ぎゅうにゅう・さごし うすあげ・あかみそ しろみそ・だしこんぶ けずりぶし ぎゅうひくにく・ひじき
	(おもにねつやちからのもとになる)
	ごはん・サラダあぶら さとう
み ど り	(おもにからだのちょうしをととのえる)
	かぼちゃ・たまねぎ もやし・にんじん・しそ



さごし	韓国	たまねぎ	大阪府	しそ	愛知県
かぼちゃ	鹿児島県	にんじん	徳島県	ひじき	三重県伊勢市

ごみの分別 □普通ごみ…牛乳キャップ □今日のプラごみ…牛乳フード

クイズの答え：③