

11月5日(木)

カルシウムたっぷりミニフィッシュ



ミニフィッシュは、小さいいわしを味つけして、かわかしたものです。

骨ごと食べられるので、骨や歯をじょうぶにする
カルシウムを多くとることができます。

また、カルシウムの吸収をよくするビタミンDも含んでいます。



クイズ3 「カツ丼」のカツは、何の肉でしょう？

- ①うし ②ぶた ③とり

○今日はPTA給食試食会です。保護者の方に、みなさんと一緒に給食を食べていただき、給食室での調理の様子や、上福島小学校の食育についてなどを知っていただく大切な機会です。



2人の給食調理員さんがおいしい給食を作ってくれています。



健康委員会による 三色えいよう板



この釜で、上福島小学校全員分のみそ汁を作ります。



フライヤーで、一口トンカツをカラッと揚げています。



たまねぎ	北海道	みつば	大分県	もやし	種:ミヤンマー
にんじん	青森県	はくさい	茨城県	青ねぎ	徳島県

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：②