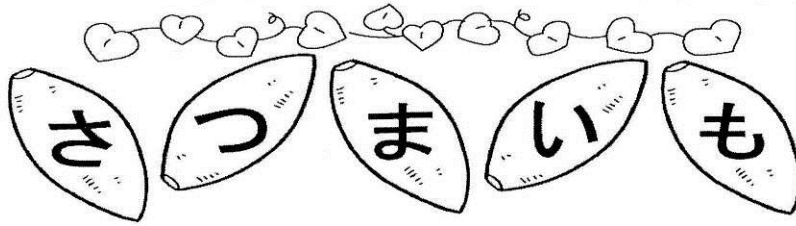
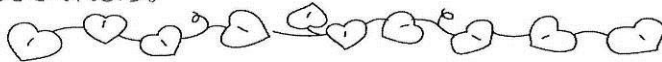


10月25日(火)



さつまいもは、炭水化物をたくさん含んでいます。ほかにも、ビタミンB<sub>1</sub>、ビタミンCなどの多くのビタミン類や、カリウム、カルシウム、マグネシウムなどの無機質も豊富です。

また、食物せんいが多く含まれているので、おなかの調子を整えてくれます。



きょうのこんだて

ぶたにくとやさいの

ケチャップソテー

スープ

スイートポテト

こくとうパン

ぎゅうにゅう

あ	(おもにからだをつくる)
か	ぎゅうにゅう・ぶたにく けいにく
き	(おもにねつやちからのもとになる)
	こくとうパン・サラダあぶら・ さつまいも・さとう・バター・ クリーム
み	(おもにからだのちようしをととのえる)
ど	たまねぎ・ピーマン・キャベツ
り	にんじん・パセリ・コーン

クイズ16 さつまいもの花は、ある花に似ています。それは、次のどれでしょう？

①ひまわり

②チューリップ

③あさがお

11月もPTA 給食試食会があります。ぜひご参加ください。

## 一口メモ

★昨日 PTA 給食試食会がありました。今までと大きく違うのは、保護者がそれぞれ学級に入って、子どもたちと一緒に給食時間を過ごしたことです。その様子を紹介します。



今日の給食

昨日の献立



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