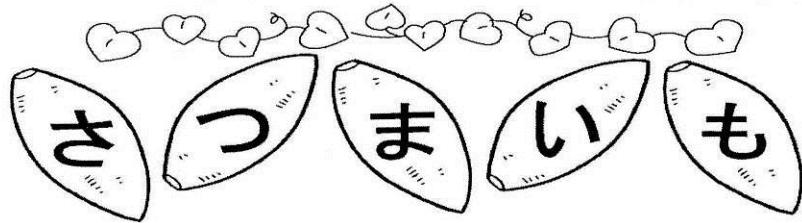


10月25日(火)



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B₁、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 (おもにからだのちょうしをととのえる)

どり たまねぎ・ピーマン・キャベツ

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過ごしたことです。その様子を紹介します。



今
日
の
給
食



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