

きょう きゅうしよく
今日の給食 1月9日(木)



きょう きゅうしよく
今日の給食 1月10日(金)



2025年

あたら とし
新しい年がスタートしました。



やす あいだ ちようりいん きゅうしよく つか しょくき
みなさんが休みの間に調理員さんが給食で使う食器や
しょくかん
食缶、ランチルームをピカピカにしてくれました。

ことし きゅうしよくつ めい きゅうしよく
今年も給食室4名で、おいしい給食づくりにがんばります。

てあら きゅうしよく た
手洗いやうがいをきちんとして、しっかりと給食を食べて

さむ ま じょうぶ からだ つく
寒さに負けない丈夫な体を作りましょう。

こんだて きほん
献立の基本

しゅしよく しゅさい ふくさい するもの
主食+主菜+副菜+汁物

く あ えいよう
を組み合わせると栄養のバランスがよくなります。

しゅしよく たんすいかぶつ
主食・・・炭水化物

しゅさい しつ ししつ
主菜・・・たんぱく質や脂質

ふくさい するもの おきしつ しょくもつせんい
副菜、汁物・・・ビタミン、無機質、食物繊維

きょう こんだて きほん こんだて
今日の献立は基本の献立です。

