

きょう きゅうしょく
今日の給食 4月21日(月)



きょう きゅうしょく
今日の給食 4月22日(火)



きょう しょうがに さかな せいちょうき
今日はいわしの生姜煮です。魚には成長期の
からだ つく えいよう はい
体を作る栄養がいっぱい入っています。
たんぱく しつ しょう
たんぱく質やカルシウムです。今日のいわしは
ほね やわ に まる た
骨まで柔らかく煮たものなので丸ごと食べら
れます。
せいちょうき じょうぶ からだ つく のこ た
成長期に丈夫な体を作るためにも残さずに食
べましょう。

きょう
今日のスープにはアルファベットのマカロニが
はい いて います。マカロニと一緒には野菜もたっ
ぷり はい に入 った トマト 味の スープ です。野菜はコ
ロコロのサイコロ じょう き 状 に 切 っている ので よく 噛
んで 食べ ましょう。サラダは この 時期 に きれい
な ミモザ という 花 を イメージ しまし た。



きょう きゅうしよく
今日の給食 4月23日(水)



きょう きゅうしよく
今日の給食 4月24日(木)

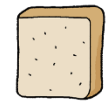


きょう さかな あかうお さかな
今日の魚は「赤魚」という魚です。
とても深い海にすむ魚で名前の通り赤色の
さかな 魚です。身は白身で味にくせがありません。
きょう からあ っ
今日は唐揚げにしてレモンのタレに漬けま
した。ごはんにあかうおかずです。
よくかんで食べましょう。



エネルギーのもとになる

ごはん・パン・めん



ごはんやパン、めん にはエネルギーの素にな
る炭水化物が多く含まれています。毎日を元氣
に過ごすために、エネルギー源になる食品を
しっかりとることが大切です。

きょう か た
今日もよくかんで食べましょう。