

9 月 30 日 (金)

とちぎ国体スポーツ栄養献立

うめかつおあえ

ぶたにくのみそづけやき

あじつけのり

ごもくにまめ

むぎいごはん

B日課 12:00給食

ちさんちしょう
地産地消

きょうとくじらまちしよくざい
今日の徳次郎町の食材

たまねぎ

きょうの給食メモ

とちぎ国体スポーツ栄養献立...

今日の五目煮豆は大豆が少し固くなってしまいましたが、豚肉と大豆で動物性と植物性の両方のたんぱく質がとれ、梅の酸味とビタミンCは食欲を増進したり、たんぱく質の吸収を助けたりしてくれ、更に、海からの食材であるひじきやのりには、ミネラルがたっぷり含まれ、体を動かす力となります。

運動をするための栄養がぎっしり

詰まった給食になりました。

給食の時間に、国体の音楽「いちご一会」が流れていますね！みなさんも、覚えてくださいね！

