

4 月 25 日 (火)

しあわせにっこい食で

けん こう ちょう じゅ こん だて
健康長寿献立

8日課 12:00給食



ひじきごはん

ごまずあえ

ひめだいだい
みそしる

きょうの給食メモ

まごわやさしい・・・

昨年^{さくねん}から取り入れた^と4月^{がつ}25日^{にち}の献立^{こんだて}ですが、実は去年^{しつ きょねん}の献立^{こんだて}には、ごま^{ごま}が入^{はい}っていません^いなかつたのです。見事^{みごと}に子ども^{こども}たちに気づ^きかれ、今年^{ことし}の献立^{こんだて}は、完璧^{かんぺき}に「まごわやさしい」食^{しょくざい}材^{ざい}を入^いれて作^{つく}りました。

ひじきごはん^{ひじきごはん}に、「大豆^{だいず}」、「ごま」

ごま酢^す和^あえに「やさしい」

姫鯛^{ひめだい}入^いりみそ汁^{しる}に「わかめ」「鯛^{たい}」「しいたけ」

「じゃがいも」を入^いれています。♪



ま	ご	わ	や	さ	し	い
まめ	ごま	わかめ	やさしい	さかな	しいたけ	いも
(豆類)	(種実類)	(海藻類)	(野菜類)	(魚介類)	(きのこ類)	(イモ類)