

# 給食紹介

令和 6年 2月 9日(金)

ドライカレー・麦ごはん 牛乳  
コンソメスープ キャンディチーズ(2個)

ドライカレーは、具とごはんを混ぜながら食べてください。  
カレーに含まれる香辛料は食欲を増進させてくれます。ごはんをモリモリ食べよう!!



今日は『受験応援メニュー』です。

## 応援メニュー

今日も高校入試にむけて応援メニューです。本日の給食でも、脳を活性化して、集中力アップ、記憶力アップできるよう、献立内容を考えてあります。

脳のエネルギー源は、『ブドウ糖』です。ブドウ糖は、炭水化物に含まれます。ですから、ごはん・パン・麺類やじゃがいもなどのいも類を食べると、脳の栄養となります。でも、それだけでは、まだ不十分なので、ビタミンB1やビタミンB2といっしょにとると、効率よく脳の栄養となります。

炭水化物の“ごはん”たっぷり食べられるメニューです。

脳は24時間働き続けています。みなさんの実力が十分発揮できるようにしっかり食べて、脳へたっぷり栄養補給しましょう。

日頃からしっかり食べて、免疫力を高め、健康管理をしましょう!!

～給食では、みなさんがベストを尽くせるよう♥応援しています。♥～