

# 給食紹介

令和 6年 3月 21日(木)

ごはん 牛乳  
ヒレカツ コールスローサラダ  
すまし汁 レモンヨーグルト

祝☆進級  
1年間頑張りました。



## 祝☆進級メニュー

今日は、1年間頑張ったみなさんへ、進級のお祝いメニューです。勉強や運動をするときに脳を使います。脳はエネルギーをたくさん使うので、使用した分のエネルギー補給 + これからしっかり勉強・運動するために脳へのエネルギー補給が必要です。さらによく噛んで食べることで脳が活性化され、脳がいっぱい働いてくれます。ヒレカツは、ごはんが進む料理です。ごはんをしっかり食べましょうね。脳へのエネルギー補給 + よく噛むことを意識して食べましょう。カゼやインフルエンザなどウイルスに負けないよう普段の食事から免疫力を高められるようしっかりと食事をしましょう。

～給食室では“食”を通してみなさんを応援しています。～