

給食紹介

令和 6年 4月 22日(月)

コッペパン メープル&マーガリン 牛乳
クリームシチュー チップスサラダ



☆☆しっかり食べよう☆☆



今日は『コッペパン』に『メープル&マーガリン』をつけて食べてください。

気温差があるこの時期は、少し体調を崩しがちです。健康管理が大切です。そのためには、しっかり食事をしましょうね。

今日は“主食＋主菜＋副菜＋牛乳” バランス良く食べてくださいね。さらに“くだもの”がつくと理想です。予算の都合で、果物はついていませんので、家庭で食べてください。

『チップスサラダ』は、ピリッと塩味が効いて、熱中症予防になります。しっかり食べてくださいね。トルティーヤチップスはサラダのトッピングです。サラダと一緒に味わってくださいね。

★しっかり食べて、熱中症予防！！ 暑さに負けない体をつくろう！！★