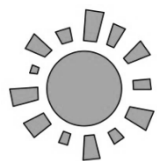
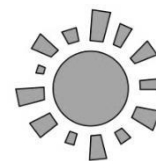


令和4年 9月 30日(金)



今日の南中給食



メニュー【旬の野菜献立】

- 子ぎつねご飯
- いかの一味焼き
- ゆで野菜
- 味噌汁
- かぼちゃのぶくにに含め煮
- 牛乳



今日は台拭き回収日です。
給食終了後、ワゴンに返却してください。

今日の栄養メモ

今日の給食は、いかの一味焼きです。いかは海に住む動物で、うんどう運動
しんけい神経がとて面白いそうです。だから、体のほとんどが筋肉です。

また、大きな目を持っているので、自分の体の周りで見えないところ
がない、というほどいろいろなものを見る力がすぐ優れています。

そして、今日はしゅん旬の野菜献立ということで、かぼちゃを煮物にものにして
ていきょう提供しています。かぼちゃの旬は9月～12月といわれており、

りよくおうしょくやさい緑黄色野菜でビタミン、ミネラルがほうふ豊富でえいようか栄養価の高い野菜です。

今日も残さず食べましょう！