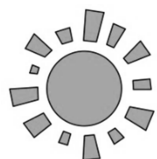
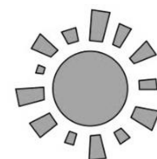


令和5年 2月 22日(水)



今日の南中給食



メニュー

- ・ガーリックライス
- ・魚のマヨネーズ焼き
- ・大根サラダ
- ・マカロニスープ
- ・牛乳



※お願い

魚のマヨネーズ焼きのアルミカップですが、
食べ終わったカップは透明の袋に重ねて入れて
返却してください。

残した場合は、食缶に中身を出してカップを袋に
入れるようにしてください。

今日の栄養メモ

今日の給食は魚のマヨネーズ焼きです。魚のマヨネーズ焼きは、

鮭さけに卵たまごやマヨネーズのソースをかけ、ぶなしめじやえのきと一緒に
焼いて作りました。鮭には、カルシウムの吸きゅうしゅう収うながを促す効果があり、
カルシウムの吸収を促すことで、骨を健康に維持したり、強くしたり
する効果があります。ちなみに、鮭と牛乳の組み合わせは効果が
絶大ぜっだいです。

マカロニスープは、マカロニやベーコン、キャベツなど様々な具材さまざま ぐざい
が入ったスープです。実は、今日のマカロニは少し変わった形を
しています。ぜひ、チェックしてみてくださいね。