令和５年　１　月　９　日（　火　）

今日の南中給食

<u>メニュー</u>

・ハヤシライス
（大お玉＋しゃもじ）
・フライドポテト
（はさみ）
・中華風わかめサラダ
（ぎざお玉）
・牛乳

今日の栄養メモ

今日から学校とともに給食開始です。今年もよろしくお願いします。

冬休み明け最初の給食は、配膳しやすく、食べやすいハヤシライスの献立にしました。お正月料理の時期も終わり、そろそろ、こういう献立が食べたくなるころでしょうか。

これから寒さ本番。感染症もはやりやすい時期です。手洗いはしっかりしましたか？

よく食べ、睡眠を適度にとり、体調を整えて寒い冬を乗り切りましょう。