

22日 (火)

きょうのこんだて

まつたけごはん
 ミルク
 さんまのにつけ
 かきたまじる
 かき

ひとくちメモ

きょう か かんれんこんだて あき こんだて
教科関連献立「秋の献立」

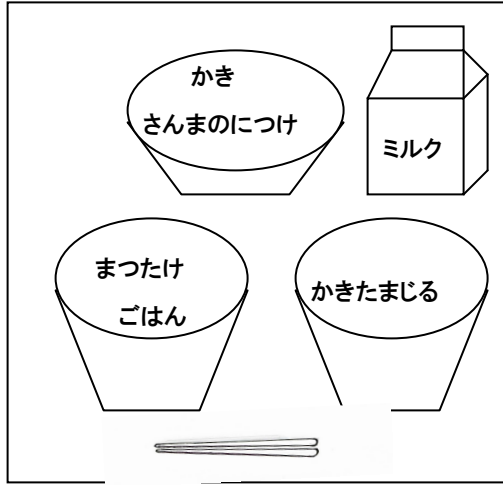
きょう きゅうしょく かき あき しゅん た もの と い
 今日の給食は、まつたけ、さんま、柿など秋が旬の食べ物を取り入れました。

どくとく かお
 まつたけは、独特のよい香りがあるきのこです。



じ き あぶら さかな
 さんまは、この時期には脂がのっておいしい魚です。

かき シー おお くだもの しゅん た あじ た
 柿は、カロテンやビタミンCの多い果物です。旬の食べものをしっかり味わって食べましょう。

はいぜんのしかた



きょうのきゅうしょくのえいよう

からだをつくる もとになる	エネルギーの もとになる	からだのちょうしを ととのえる
あか きゅうにゅう さんま たまご とうふ 	き まつたけごはん さとう でんぷん 	みどり たまねぎ にんじん えのきだけ ねぎ かき 