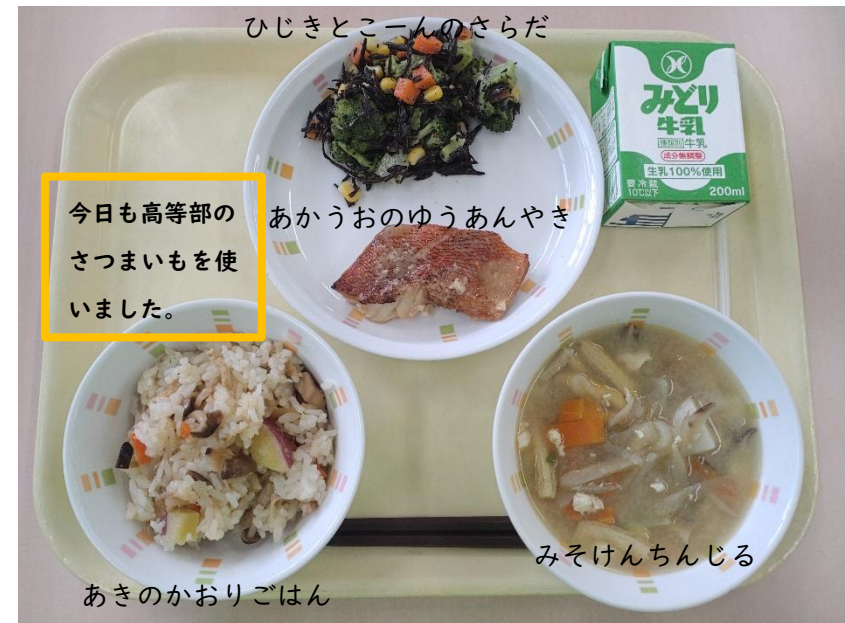


きょう きゅうしょく
今日の給食 11月4日(火)



きょう きゅうしょく
今日の給食は「チーズタッカルビ」です。タッカルビのタッは「^{とり}鶏」カルビ「^{ほねつ}骨付肉」だそうです。鶏肉に中華調味料で甘辛く下味をつけて、^{とりにく}鶏肉に^{ちゅうかちようみりよう}中華調味料で^{あまから}甘辛く^{したあじ}下味をつけて、^{やさい}たっぷりの野菜とチーズをのせて焼きます。給食では小さく切った鶏肉を使い食べやすくしています。チーズを絡めて野菜と一緒に食べてみてください。タッカルビに入っている、さつまいもは高等部の芋を使っています。

きょう きゅうしょく
今日の給食 11月5日(水)

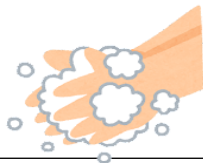


きょう きせつ やさい つか
今日は季節の野菜を使ったまぜごはんです。しいたけ・しめじ・まいたけ・さつまいもが入っています。きのこには食物繊維が多く、歯ごたえがあります。しっかり噛むことで、消化を助け、脳の働きがよくなり、食べすぎを防ぎ、歯やあごをじょうぶにします。そして、きのこのうま味も感じやすくなります。

きょう きゅうしよく
今日の給食 10月6日(木)



さむ みず つめ て あら
寒くなると水が冷たくなります。手洗いは
ちゃんとできていますか？「いただきます」
のまえ て て こう ゆび あいだ てくび
の前に、手のひら、手の甲、指の間、手首
をしっかりあら て
洗いましょう。きれいな手にな
ったらチキンバーガーをつくって食べまし
ょう。



きょう きゅうしよく
今日の給食 10月7日(金)



がっ か は ひ まいにち しょくじ なか
11月8日は、いい歯の日です。毎日の食事の中
か たいせつ かんが ひ
で噛むことの大切さを考える日です。やわら
か た もの ふ は
かい食べ物が増えていますが歯ごたえのある
しょくざい は からだ けんこう
食材をしっかりかむことは、歯と体の健康に
つながります。今日の給食では、噛みごたえ
の ある しょくざい つか
食材をたっぷり使っています。食感を
たの しゅかん
楽しみながらよくかんで食べましょう。

