

ランチタイム！

4月 16日（水） ^{きょう}今日の ^{きゅうしょく}給食

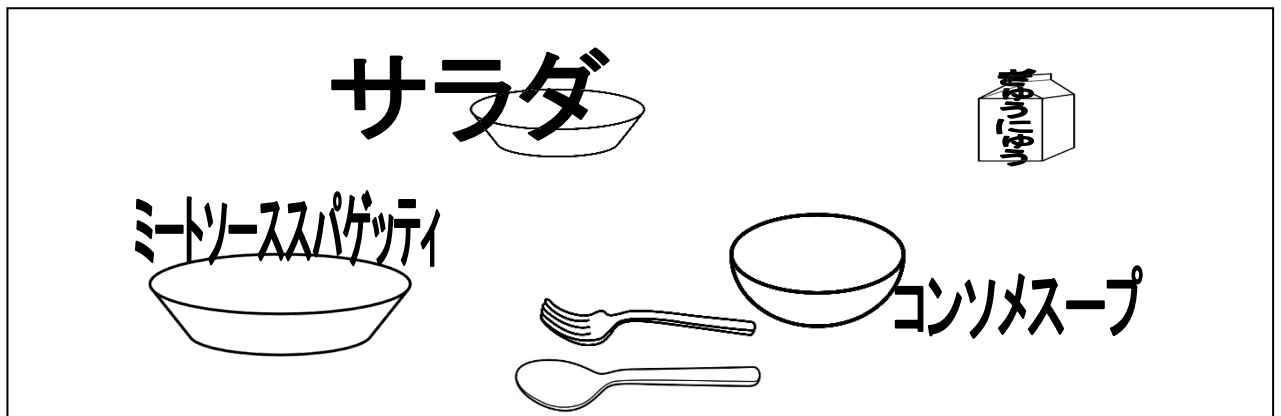
・スパゲッティ・ミートソース

・カリカリ ^{だいず}大豆サラダ

・コンソメスープ

・ ^{ぎゅうにゅう}牛乳

はいぜんのしかた



^{がっこう}学校のミートソースは ^{やさい}野菜や ^{にく}肉をおいしくなるように
^{にこ}煮込んでいて、トマトの ^{あじ}味も ^{あま}甘くなるようにしています。
^{やさい}野菜が ^{にがて}苦手でも ^た食べやすいようになっていると ^{おも}思うので
いっぱい ^た食べてください。

^{やさい}野菜には ^{しょくもつせんい}食物繊維が ^{おお}多く ^{はい}入っています。 ^{しょくもつせんい}食物繊維
にはおなかの ^{ちょうし}調子を ^{ととの}整える ^{はたら}働きだけでなく、 ^{おとな}大人になっ
た ^{とき}時の ^{びょうき}病気を ^{よぼう}予防してくれる ^{こうか}効果が ^{きたい}期待できます。よ
く ^か噛んで ^た食べましょう。