

ランチタイム！

5月 8日 (木) 今日の 給食

- ・スパゲッティ・ミートソース
- ・コールスローサラダ
- ・マドレーヌ
- ・牛乳

はいぜんのしかた



学校のミートソースは野菜や肉をおいしくなるように煮込んでいて、トマトの味も甘くなるようにしています。野菜が苦手でも食べやすいようになっていると思ふのでいっぱい食べてください。

野菜には食物繊維が多く入っています。食物繊維にはおなかの調子を整える働きだけでなく、大人になつた時の病気を予防してくれる効果が期待できます。よく噛んで食べましょう。