

ランチタイムだより



【今日のもりつけ】

トイレの後、給食を食べる前には必ず手を洗いましょう。



小皿

パンケーキ
+
フルーツとクリーム

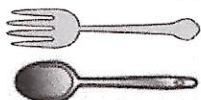


大皿

あさりスパゲティ

わん

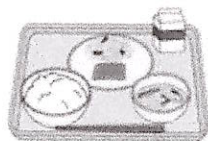
コーン
ポタージュ



もりつけの見本と同じように、食器を置いてみよう。食事のマナーは、食器のセットからはじまるよ。給食は頭で考えながら、心でも食べて下さいね。



☆担任の先生へ☆
食器の置き方は、このランチタイムだよりの通りに置いて下さい。食器の置き方も大切な食事マナーのひとつになります。



今日の献立
9月30日(金)

(主食)あさりスパゲティ (副菜)コーンポタージュ

(デザート)パンケーキ+フルーツ&クリーム

牛乳

おみそ汁はもちろん、ごはんやスパゲティ、スープにも使われる人気のあさり。

今日は、あさりスパゲティを作りました。あさりには、みんなの血液をつくる成分となる

「鉄分」やつかれた体を元気にする「タウリン」という栄養がたくさんふくまれています。

このタウリンは、あさりの「うま味」のもとになっているものです。

あさりの味が少し苦手という人も、スパゲティに入っていると、おいしさがアップして食べやすくなりますので、一口チャレンジしてみましょう！！

またデザートのパンケーキは、給食委員会でアイデアを出したメニューです。

パンケーキは、南国ハワイの名物ですが、今は日本でもパンケーキ屋さんがありますね。

カフェのように、上手にフルーツとクリームをトッピングしてみましょう☆