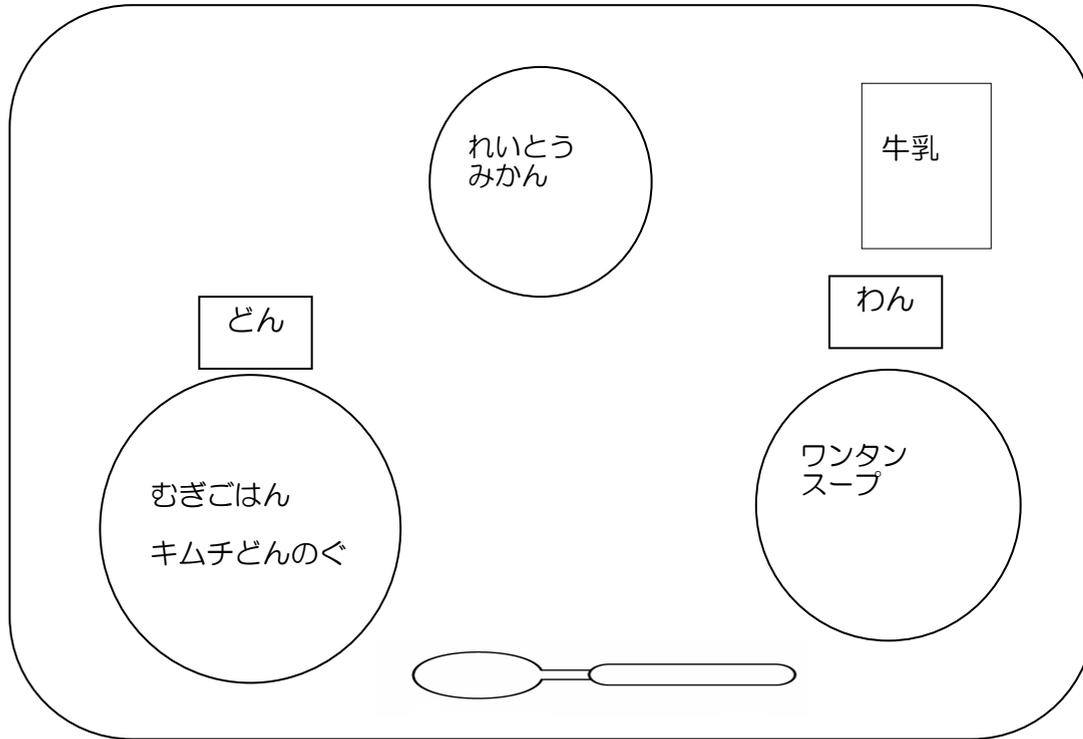


令和6年9月4日（水）

きゅうしょく  
給食ひとくちメモ

【今日のもりつけ】



【今日のこんだて】

むぎ ぎゅうにゅう どん ぐ れいとう  
麦ごはん・牛乳・キムチ丼の具・ワンタンスープ・冷凍みかん

きょう かんこく でんとうてき つけもの つか りょうり  
今日は韓国の伝統的な漬物「キムチ」を使った料理です。

キムチは、おなかの調子を整える「発酵食品」の

だいひょう めんえきりよく あ  
代表でもあります。免疫力を上げてくれるため

かぜよぼう やくだ  
風邪予防にも役立ちます。

また、キムチの辛味成分は血の巡りをよくしてくれる

こうか  
効果もあります。

まだあつ つづ た たいちよう ととの  
まだ暑さが続きますが、しっかり食べて体調を整えましょう。