

こんにちは、給食委員会です。

12月13日(金)今日の献立は

まごごはん、納豆おえ、シシモのパリパリあけ、なめこの
みそしる、牛乳

今日のおすすめは 納豆おえ です。

納豆は発酵食品と言え腸の環境を整えるのに
役立つ食品です。納豆を食べると免疫力が上
がり、病気になりにくくなります。風邪を引きやすい時期
なので、たくさん食べて予防しましょう。給食室のほうに
感謝して食べましょう。