

こんにちは、給食委員会です。

2月 27日（木）今日の献立は

- ・焼きチーズカレーパン
- ・レモンふろろココリーサラダ
- ・ベーコンポテトスープ
- ・とうもろこしプリン
- ・牛乳

今日のおすすめはとうもろこしプリンです。

とうもろこしは大豆が原料で、豆腐に固める前の状態のものを
いいます。植物性タンパク質が約30%含まれていて、ビタミンB1、
B2、B6もたくさん含まれています。これらの栄養は、細胞の再生
や、エネルギー代謝促進、粘膜保護などの働きがあると
言われています。給食をつくられた方々に感謝して、
美味しく食べましょう。