

こんにちは、給食委員会です。

3月7日(金)今日の献立は

ごはん、うたとナスのカレーあんかけ
こまつなのツナあえ、こくとうた"いず"牛乳

今日のおすすめは こくとうた"いず" です。

た"いず"には、便通を良くし、血液をサラサラにしてくれる、カルシウムやタンパク質を多くふくんでいます。こくとうには、生活習慣病を予防する効果があります。他にも黒砂糖が入っていて、とてもおいしいので、ぜひ食べてみてください。

給食を作ってくれた人たちに感謝して食べましょう。