

令和7年度

ランチタイムだよ!



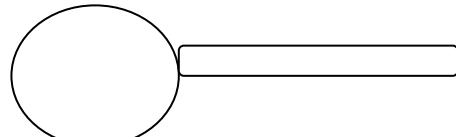
鶴指小給食室

★ 7月9日(水) のもりつけ

ぶたどん

とうもろこし

パンサンスー



★ 7月9日(水) の献立

ぶたどん

パンサンスー

ゆでとうもろこし

ぎゅうにゅう

今日は夏野菜の「とうもろこし」についてです。

とうもろこしはイネ科トウモロコシ属であり、

お米・麦とならぶ世界三大穀物の一つです。

身体のエネルギーのもととなる糖質や、

疲労回復に役立つビタミンが多く含まれているため、

熱中症対策にぴったりの食材です。

そして今日のとうもろこしは給食室の調理員さんだけでなく、

わかば1組のみなさんが朝早くから皮をむいてくれました！

感謝の気持ちを込めて、味わっていただきましょう。