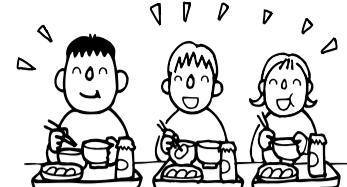


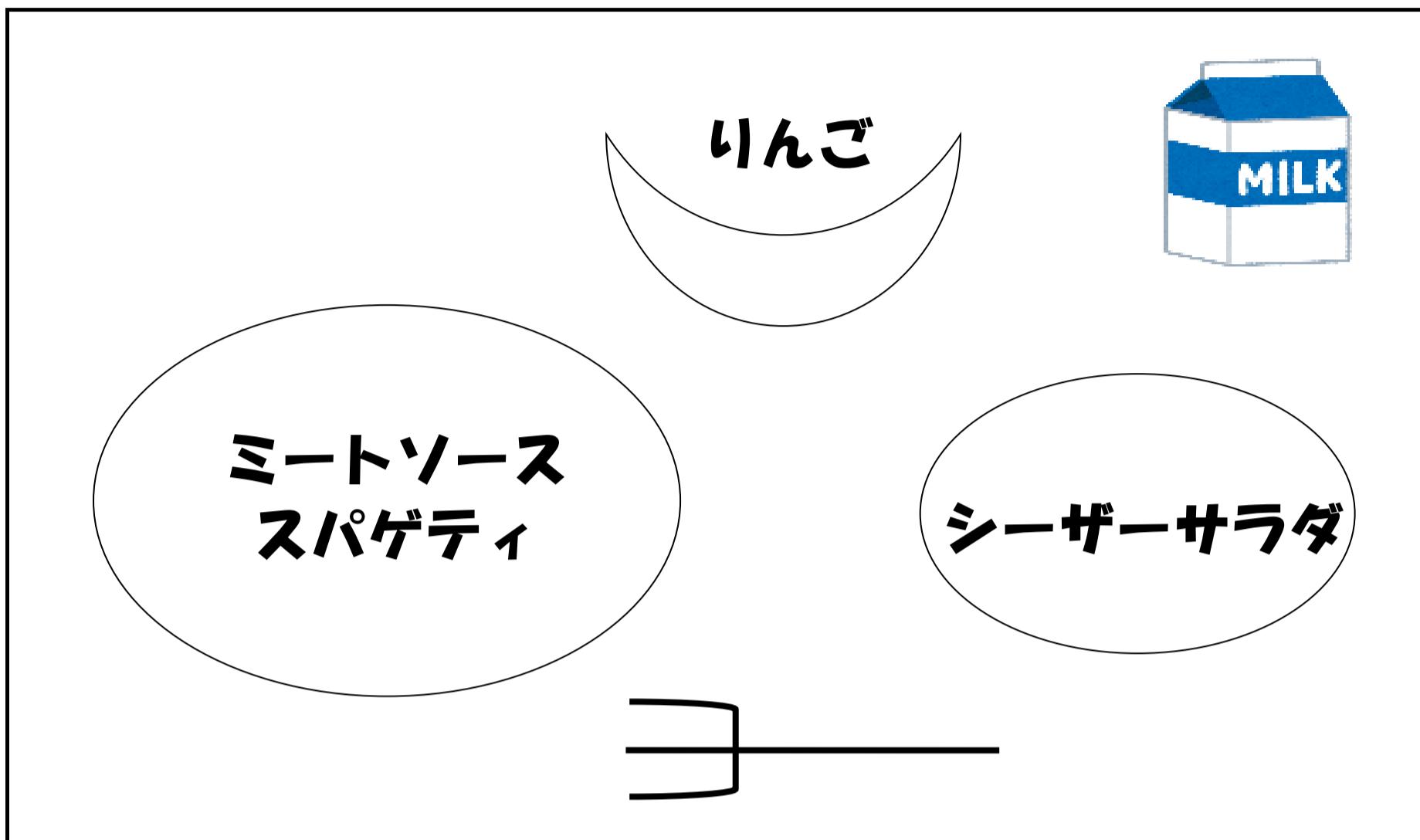
令和7年度

ランチタイムだよ!



つるさし しょまゆうしょくしつ
鶴指小給食室

★ 9月5日(金) のもりつけ



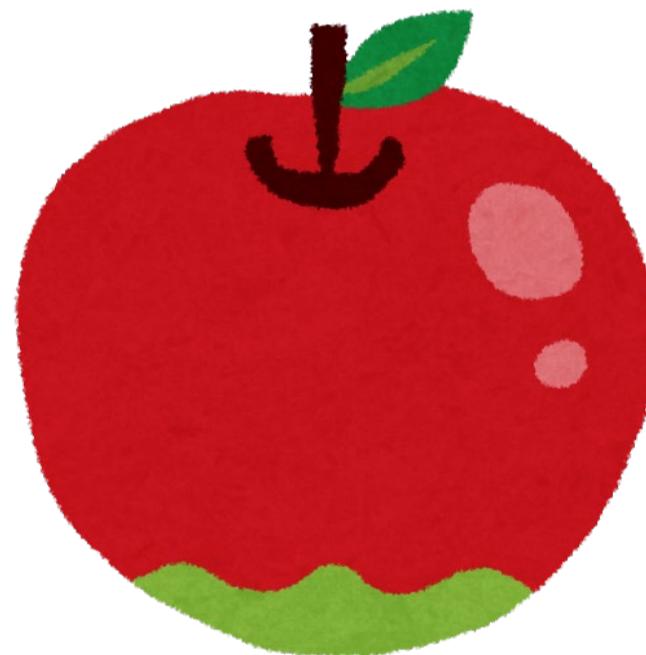
★ 9月5日(金) の献立

ミートソーススパゲティ

シーザーサラダ

くだもの
果物(りんご)

ぎゅうにゅう
牛乳



今日は「りんご」についてのお話です。

りんごは、お腹の調子を整えたり、貧血を予防したりと、

幅広い効果を持っている栄養価の高い食べ物です。

特にりんごの皮の近くには、栄養分がぎゅっとつまっているので、

皮ごと丸かじりすると、より栄養を摂ることができます。

食べられる人はぜひ皮まで食べてみてください。

今日もよく噛んで味わっていただきましょう。