

School Lunch News

2025.10.24

今日の献立

さつまいもご飯(大わん内ピンクライン)

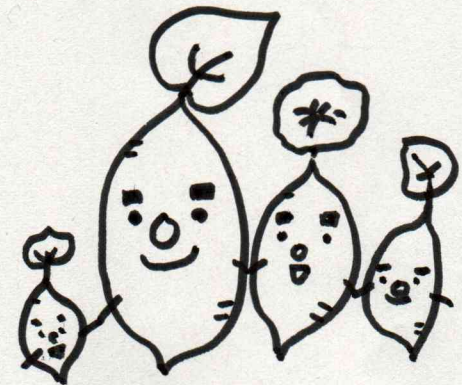
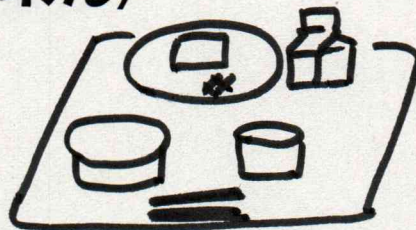
魚のみそ焼き(大皿)

豚肉と小松菜のしょうが炒め(大皿)

けんちん汁(小わん)

牛乳

給食室より



小・缶中 和食の日!

秋になると、さつまいもがおいしい季節を迎えます。さつまいもは、焼いても、蒸しても、揚げてもおいしい人気の食材です。

さつまいもには、食物せんいがたっぷり!

おなかの調子をととのえたり、便通をよくしたりする働きがあります。また、ビタミンCも豊富で、風邪をひきにくい体づくりにも役立ちます。さつまいものビタミンCは、でんぷんに守られているため、加熱しても壊れにくいのが特徴です。

今月の給食では、さつまいもを使った「さつまいもごはん」を作りました。秋の味覚をじっくり味わってください🍠