

給食速報

1月22日（水）

献立

- ・いわしのかぼやきどん
- ・牛乳
- ・みそけんちんじる
- ・ブロッコリーとキャベツの

ゆでサラダ



今日は、6-3のじどうが考えた献立です。

旬である、いわしやブロッコリー、小松菜を使った献立を考えてくれました。

ブロッコリーは、風邪の予防となるビタミンCがたくさん入っています。

ビタミンCは水に溶けやすいため、スープなどの汁物にして食べる様にしましょう。

