

給食速報

2月17日(月)

献立

- ・スタミナピラフ
- ・牛乳
- ・花野菜のクリーム煮
- ・はるか



スタミナピラフの中には、豚肉やにんにくなどの体を元気にする食材がたくさん入っています。2月は、つかれがたまり、体の調子が悪くなりやすい季節です。毎日しっかり食べて、体を動かし、よく寝ることを心がけて過ごしましょう。