

7月17日(金)

もいもい★つうしん

きょうの
のかさん



トマト・ピーマン・なす
(いわたゆづるさん)



じゃがいも
(まつむら
しんいちさん)

【昨日の残菜】 ^{きのう} ^{さんさい} ガパオライス(82人分)、^{にんぶん} ヤムウンセン(53人分)、^{にんぶん} パイン寒(79人分)、^{かん} ^{にんぶん} 牛乳(75本)

なつやさい
カレー
(どんぶり)

れいとう
みかん

ビーンズ
サラダ

スプーン・フォーク



今日は「夏野菜」についてお話をします。夏野菜には、水分やカリウム
という栄養素が豊富です。体の中の水分量を調整して、熱を体の外に
逃がす働きがあります。今日も蒸し暑いので、しっかり食べて、
また2学期に元気で会いましょう！

～もいもいクイズ～

給食委員会より♪

今日の給食には、夏野菜が何種類入っているでしょう？

①4種類

②5種類

③6種類

答えは…②の5種類です。

トマト・ピーマン・なす・かぼちゃ・きゅうりが入っています！