

9月11日(木)給食通信

3-6年生



- ・ごはん
- ・さけコロケ
- ・小松菜の和え物
- ・めかたま汁
- ・牛乳

わかめ



今日の汁物には「めかぶ」が入っています。
めかぶは、わかめの一部です。わかめの葉をとった中心の軸の部分「茎わかめ」、根に近いこぶのような部分を「めかぶ」といいます。
食べやすく、細切りにしています。めかぶには食物繊維が多く含まれていて、おなかのそうじをしてくれます。めかぶの栄養がたっぷり入ったスープを味わって食べてください。