

10月14日(火)給食通信

3-6年生



- ・中華丼
- ・たまごスープ
- ・かきりかえ
- ・牛乳

今日は、中華丼を作りました。中華丼には、いかやえびが入っています。いかやえびは、海でとれる食べ物で、みなさんの体を作るもとになるたんぱく質という栄養がたくさん含まれています。えびは縁起の良い食べ物で、お祝いするときなどによく食べられます。お正月のおせち料理にも使われます。また、いかはすめ等にも加工されており、日本での消費量はとても多いです。今日は中華丼を食べて、ごはんや野菜と一緒にいかやえびの栄養をしっかりとってください。