

4月25日(土)給食通信



- ・マープーどん
- ・めかぶスープ
- ・大学いも
- ・ジョア(フレーン)

わかめ



今日のスープには「めかぶ」が入っています。
めかぶは、わかめの一部です。わかめの葉の部分をとった中心の軸の部分の部分を茎わかめ、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。