

# 今日の給食&ちょこっとニュース

令和7年1月31日

## 今日のメニュー

ごはん、鶏肉の甘みそダレかけ、ほうれん草のごま和え、豆腐のすまし汁、牛乳



## 今日の食材紹介とクイズ(栄養教諭の先生より)

今日は「鶏肉の甘みそダレかけ」の紹介とクイズをします。ではさっそくですが、クイズです。

鶏肉に多く含まれる栄養素は何でしょうか？

- ① たんぱく質      ② ミネラル      ③ 炭水化物

正解は①のたんぱく質でした。鶏肉には血や筋肉などを作るたんぱく質が豊富に含まれていて、成長期の皆さんには積極的に摂ってほしい栄養素の一つです。

今日は揚げた鶏肉に、手作りのみそダレをかけたメニューです。

今日も宮津の自然や農家さん、調理員さんに感謝をして美味しくいただきます。

〈ちょこっとニュース〉①黄組「雪だるまとぼく」のびのび表現！②チャレンジ！跳び箱、竹馬など・・・「できたよ！」「がんばったね！」

