

今日の給食ニュース

令和7年10月24日

今日のメニュー

ごはん、鶏肉のレモン風味焼き、さつまいもサラダ、オニオンスープ、牛乳



<年少児のプレートです>

今日の食材紹介とクイズ(栄養教諭の先生より)

今日は「さつまいもサラダ」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。

さつまいもには何の栄養が多く含まれているのでしょうか？

- ①ビタミンC（レー）
- ②脂質（ししつ）
- ③タンパク質

正解は①のビタミンCでした。

ビタミンCはかぜをひきにくい体にしてくれます。はだ寒くなってくるこの時期はかぜをひきやすいので、ビタミンCをしっかりとって、元気に過ごしましょう。

今日もおいしく作ってくださる調理員さんに感謝をしていただきましょう。