

たべものあれこれ



『^{しょくいく ひ}食育の日』^{こんだて}献立について



『^{じる}たけはらっこ汁』について

^{まいつき}毎月19日は『^{しょくいく ひ}食育の日』です。^{きゅうしょく}給食では^{わしょく}和食を中心とした^{ちゅうしん}献立にしています。今日の^{お汁}は、『^{じる}たけはらっこ汁』です。

^{せとないかい}瀬戸内海でとれる^{ちりめんじゃこ}ちりめんじゃこを入れています。ちりめんじゃこは^{カルシウム}カルシウムが多く、^{ほね}骨を^{丈夫}丈夫にしてくれます。竹原の^{こどもたち}子供達が^{げんき}元気に^{そだ}育つようにという^{ねが}願いを込めて、『^{じる}たけはらっこ汁』としました。

^{ぐざい}具材は^{あか}赤、^き黄、^{みどり}緑の^{しょくひん}食品が入っていて、^{えいよう}栄養バランスもよくなっています。

『^{じる}たけはらっこ汁』には^{しょく}3色レンジャーがそろっています。



おもにからだをつくるもとになる
たべものなかま
あかレンジャー



からだのちようしをととのえる
たべものなかま
みどりレンジャー



おもにエネルギーのもとになる
たべものなかま
きレンジャー