

たべものあれこれ



しょくいく ひ こんだて 食育の日献立

『たけはらっこ汁』について



まいつき にち しょくいく ひ きゅうしょく わしょく ちゅうしん こんだて
毎月19日は『食育の日』です。給食では和食を中心とした献立
にしています。今日のお汁は、『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を入れています。ちりめんじゃ
こはカルシウムが多く、骨を丈夫にしてくれます。竹原の子供達が
げんき そだ ねが こ じる
元気に育つようにという願いを込めて、『たけはらっこ汁』としまし
た。

ぐざい あか き みどり しょくひん はい えいよう
具材は赤・黄・緑の食品が入っていて、栄養バランスもよくな
っています。

『たけはらっこ汁』に
は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



からだのちょうしをととのえる
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
きれんジャー