

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

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。

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。

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のになる

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

おむ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