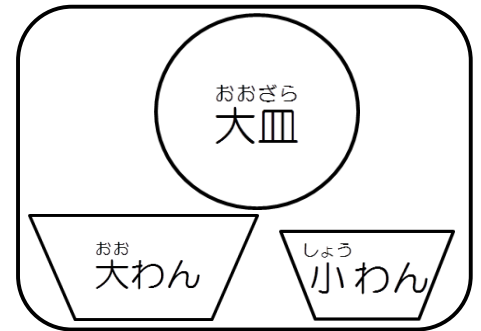


★ しょく まめちしき 食の豆知識 ~ さくらの学び舎 ~ まな や

しょっき 食器	きょう こんだて 今日 献立	はいぜん きぐ 配膳器具
おお 大わん	ごはんA	しゃもじ
おおざら 大皿	しろみざかな 白身魚と やさしい あ に 野菜の揚げ煮	ぎざたま
しょう 小わん	わかめスープ	おたま

< しょっき お かた 食器の置き方 >



★ ほね き つ た 骨に気を付けて食べましょう！

11月24日は和食の日です。

今日は和食によく使われる、健康によい7つの食べ物を取り入れた献立です。

7つの食べ物の頭文字を繋げて「まごは(わ)やさしい」といいます。

この7つの食材を毎日食べると自然と栄養バランスがよくなり、健康で長生きできるようになります。詳しくは給食室前の掲示物を見にきてください。

また、給食日よりでお知らせしたとおり、今日から3日間はごはん食べ比べ週間です。よく味わって食べ、28日のアンケートに答えてください。

給食室の様子

