

ひごろふそく
日頃不足しがちな

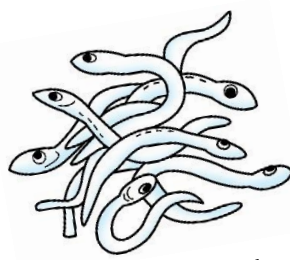
えいよう
栄養がたっぴい

かようび
12/21(火)

ハッピー しあわ きゅうしょく
★ Happy(幸せ)給食 ★



ごま



しらす干し

しょうじ
バランスのよい食事をするために
せっきよくてき しょうざい かしらもじ
積極的にとりたい食材の頭文字

ま (まめるい 豆類)

ご (ごまなど しゅじつるい 種実類)

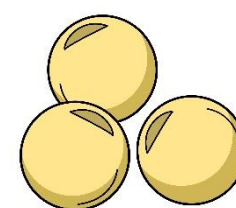
は (わかめなど かいそうるい 海藻類)

や (やさい 野菜)

さ (さかな こさかな 魚・小魚)

し (しいたけなど るい きのこ類)

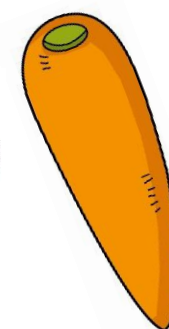
い (いもるい 芋類)



だいず
大豆



こんぶ



やさい

