



今日の給食



- 牛乳
- ご飯
- 炒り鶏
- じゃこのピリ辛サラダ
- 冷凍みかん

よく晴れて、気温が高い日が続いています。脱水に注意して、こまめに水分補給をしてください。いききに飲むのではなく、一口づつゆっくり飲むのがポイントです。野菜や果物などの食事も、立派な水分補給になりますよ。