



# 今日の給食



- 牛乳
- しのだうどん
- 和風コーンサラダ
- かぼちゃマフィン

まだまだ暑い日が続いています。水分補給はしっかりしていますか？マスクをしていると、のどのかわきを感じにくいため注意が必要です。朝学校についたとき、休み時間、部活の前と後など、意識してこまめに飲むようにしてください。食事も立派な水分補給になりますよ。