



今日の給食



- 牛乳
- 厚揚げ麻婆丼
- 糸寒天の中華和え
- 冷凍みかん

定期テスト1日目おつかれさまでした。
みなさんは、ふだんから果物を食べて
いますか？みかんやオレンジなどは、
「ビタミンC」で体の調子をととのえる
ほか、体の疲れをとる効果が期待できる
「クエン酸」も多くふくまれているので、
勉強の合間のおやつにもおすすめです。