



今日の給食



- 牛乳
- 豚キムチ丼
- 中華わかたまスープ
- 柿

柿は、秋が旬の果物です。柿は、みかんなどのかんきつ類とくらべてなんとビタミンCを2倍ほど多くふくみます。ビタミンCは、かぜやウイルスから体を守るほか、肌の老化を防ぎますよ。