



# 今日の給食



- 牛乳
- ピザトースト
- 鶏肉と野菜のしょうがスープ
- フルーツヨーグルト

スープには、すりおろしたしょうががはいっています。しょうがは体を温める効果があるため、寒くなるこの時期におすすめの食材です。体をあたためることで、かぜや感染症にもかかりにくくなるといわれています。