五中ミニ給食通信

令和 5年 7月 19日 NO.64

参考に盛り付けてね♪

今日の給食は人気のカレーライスに夏野菜をたっぷり入れた「夏野菜カレーライス」です。

７月は夏野菜をたくさん使った給食をだしましたが、夏野菜にはどんな効果があるか知っていますか？夏野菜は水分が多く、みずみずしいことから、からだを冷やす効果や汗で出た水分を補給する働きがあります。

今日で １ 学期の給食は最後です。勉強に部活、遊びなど充実した夏休みを過ごしてくださいね♪

《今日の献立～1学期給食終わり～》

夏野菜カレーライス

わかめサラダ

セレクト
シャーベット
（ソーダ味 or みかん味 or りんご味）

乳酸菌飲料（ジョアプレーン）

赤の食べもの	黄色の食べもの	緑の食べもの
血や肉になるもの	熱や力のもと	体の調子を整えるもの
乳酸菌飲料 豚肉 わかめ	米　油 小麦粉　バター はちみつ 白すりごま 白いりごま 砂糖 ごま油	なす　ピーマン 赤ピーマン 黄ピーマン ズッキーニ　玉葱 にんにく　かぼちゃ しょうが　にんじん キャベツ　きゅうり ホールコーン

セレクトシャーベット集計結果！！

ソーダ味 **176人**

みかん味 **44人**

りんご味 **42人**

次回もお楽しみに♪

おつかレー（お疲れ）
サマーでした(*^-^*)