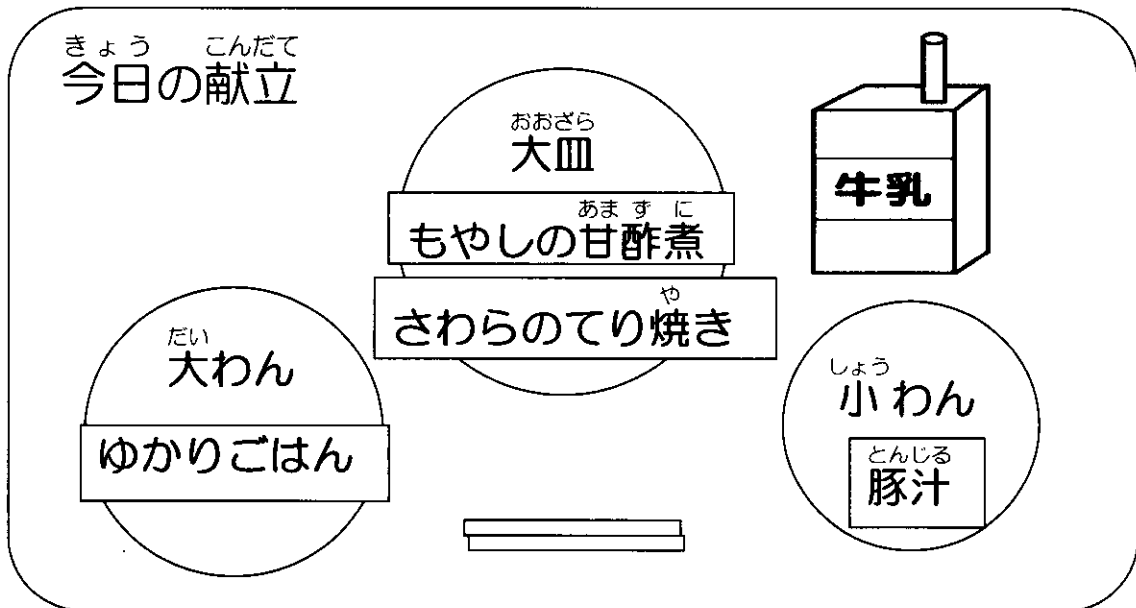
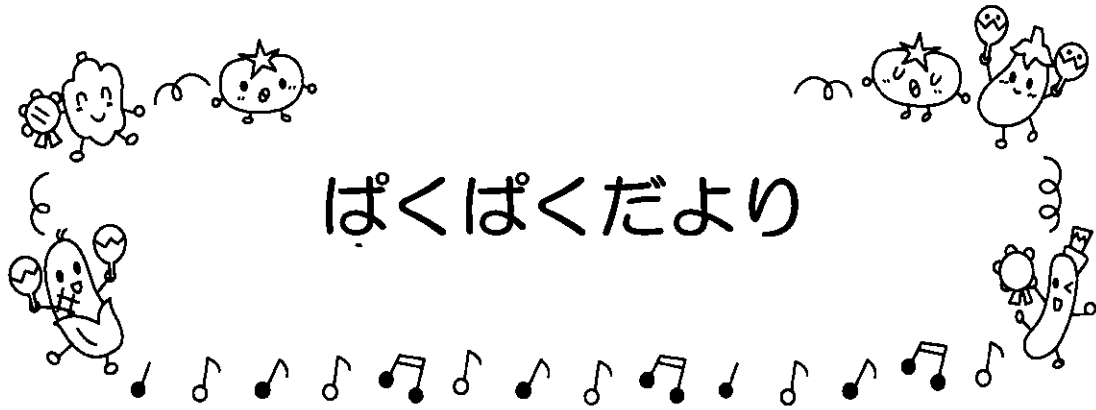


令和8年7月16日（木）



今日の献立は、ゆかりごはん、さわらのてり焼き、もやしの甘酢煮、豚汁、牛乳です。

今日はもやしについてのお話です。もやしには、おなかの調子を整えてくれる「食物繊維」という栄養素がたくさん含まれています。もやしは成長が早く、一年中収穫できることから、常に安定した価格で手に入り、給食でよく使われる野菜です。今日もよくかんで食べましょう。