

ランチメニュー

10/24

きょう

今日のこんだて

まめ

- ・ロールパン
- ・ウィンナーと豆のグラタン
- ・キャベツとじゃこのソテー
- ・牛乳

きゅうしょく

まめ

つが

おお

給食には豆を使ったこんだてが多く

ありますね。それは栄養が詰まった豆を

みなさんに食べてほしいからです。

まめ るい

からだ

しつ



豆類には、体をつくるたんぱく質や

しょうもつ

からだ

ビタミン・ミネラル・食物せんいなど、体に

いい栄養素がたっぷり入っています。

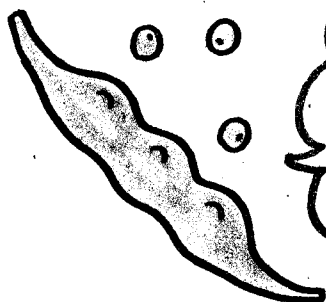
きょう

しろ

まめ

はい

今日は白いんげん豆が入ったグラタンです。



えだまめは大豆の赤ちゃん。
まだ熟す前の大豆を収かくしたもので、野菜のなかまだよ!