



本日の献立は…

ごはん・いかのチリソース

バンサンスー・かきたま汁・牛乳

ぎゅうにゅう



おたま 1杯

ぎざたま 1杯

おたま 1杯半

イカには、疲れをとったり、体の調子を整えたりする「タウリン」という栄養が豊富に含まれています。

しっかり食べて、今週も頑張りましょう！！

