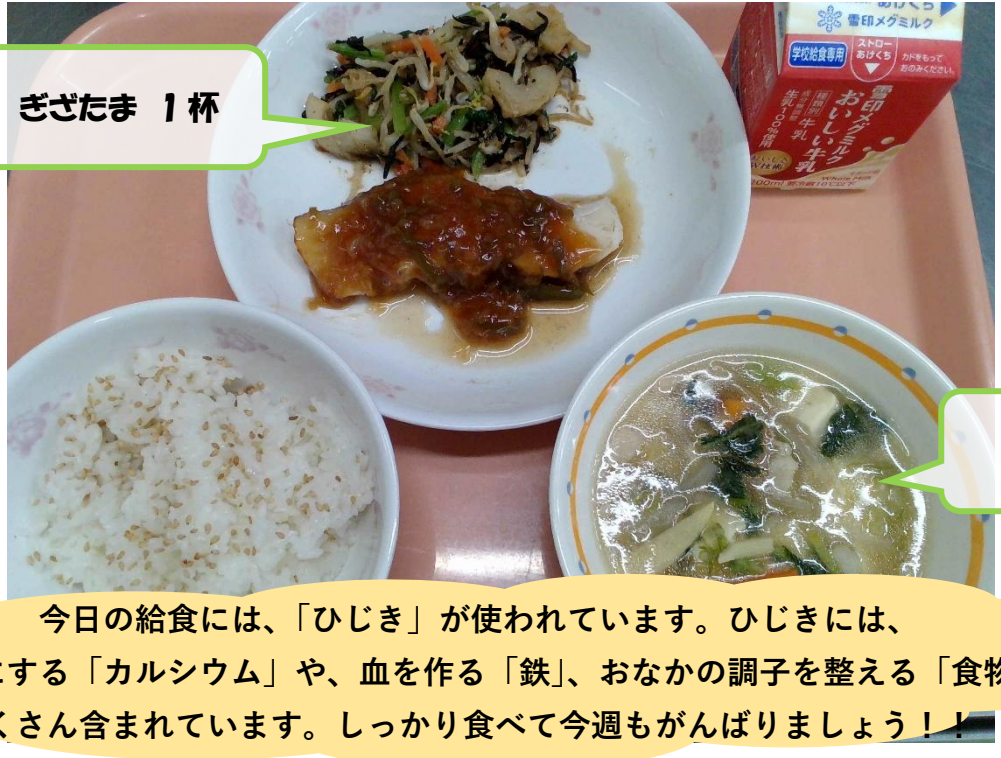
本日の献立は…

白ごまごはん・白身魚の甘酢ねぎソース

ひじきの香味和え・豆腐入り五目スープ・牛乳（ぎゅうにゅう）



今日の給食には、「ひじき」が使われています。ひじきには、
骨や歯を丈夫にする「カルシウム」や、血を作る「鉄」、おなかの調子を整える「食物繊維」が
たくさん含まれています。しっかり食べて今週もがんばりましょう！！