

令和7年7月14日(月)の給食



☆献立名

- ・スタミナ丼
- ・ワンタンスープ
- ・牛乳



スタミナ丼には豚肉を使っています。

豚肉には疲労回復効果のあるビタミン B1が多く含まれています。そして、スタミナ丼の具材の玉ねぎ・ニンニク・ニラには「アリシン」という成分が含まれていて、ビタミン B1の吸収を助けてくれます。これにより疲労回復効果がさらにアップします。

夏の暑さに負けないようにしっかり食べてほしいです！