

令和7年9月10日(水)の給食



☆献立名

- ・ごはん
- ・つくね
- ・大根のキンピラ
- ・きゃべつのみそ汁
- ・牛乳



「みそ汁は朝の毒消し」ということわざがあります。朝食の時の一杯のみそ汁は体に良いということが昔からいわれていました。

みそには「善玉菌」が含まれていて、腸の中をきれいにしてくれます。便秘の予防や免疫力アップにつながります。ただ塩分もあるので取り過ぎは注意です。

今日はみそ汁に入っているじゃが芋が鳥海産でメークインという品種です。