

令和7年10月20日(月)の給



☆献立名

・ごはん

・ぎゅうざ

・豚肉とキャベツのみそ炒め

・わかめスープ

・牛乳



急に冷え込んで、温かいスープにほっとします。

今日は、ワカメと卵を入れてとろみをつけたスープです。

体温が1℃下がると、免疫力は30%低下するという研究結果があるそうです。

寒くなってくると、体は冷えやすくなります。免疫力を高めるためにも、朝ごはんをしっかり体を温めて、学校に元気に登校してほしいです。