

ランチタイムズ

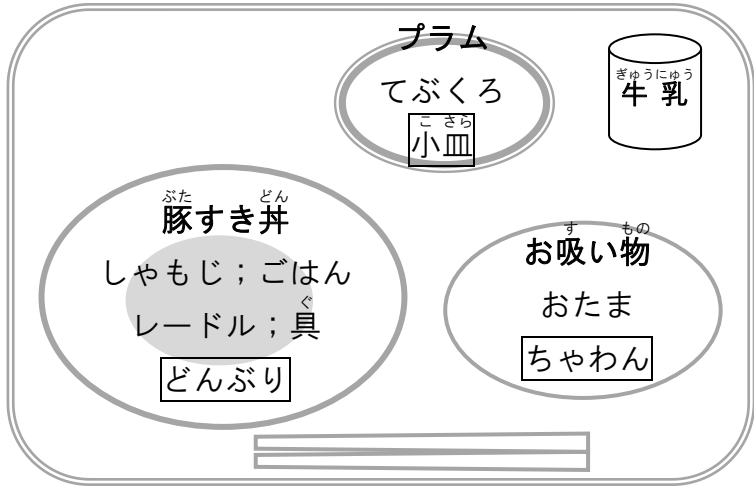
きょう
今日のこんだて

ぶた どん
豚すき丼

す もの
じゃがいものお吸い物

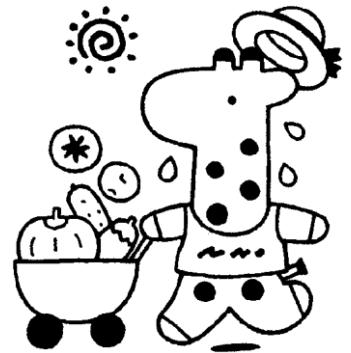
くだもの
果物(プラム)

ぎゅうにゅう
牛乳



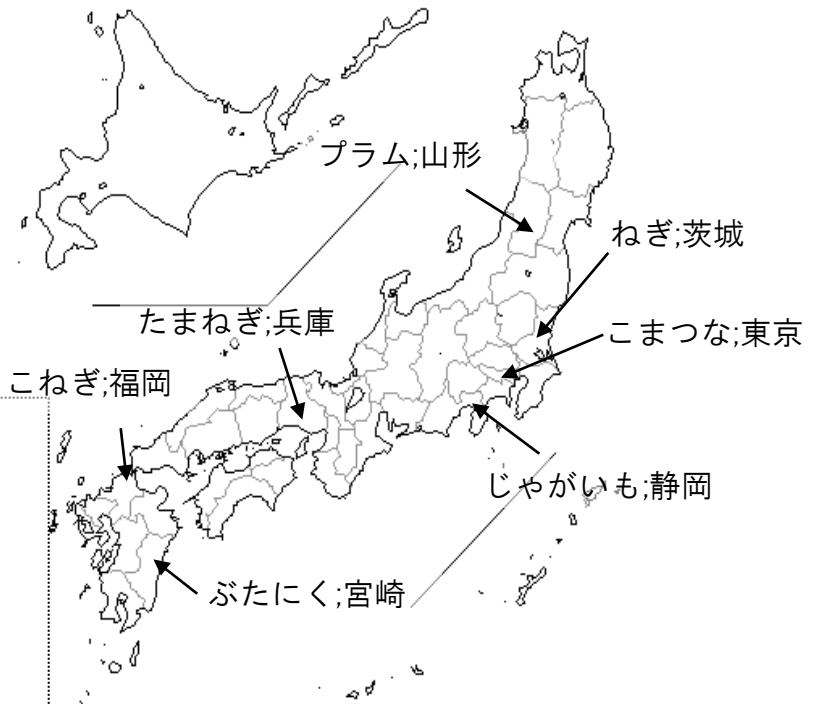
あつ なつ げんき す
暑い夏も元気に過ごそう。「夏バテ予防」

まいにちあつ たいちょう くず
毎日暑くて体調を崩しやすくなる時期ですね。疲れにくくなるのにおすす
め食品は ぶたにく やさい くだもの
豚肉、野菜、果物です。これらに含まれている栄養素であるビタ
ミンには、からだ ちょうし ととの
体の調子を整えてくれる効果があります。
げんき からだ つく いちにちさんしょく た
元気な体を作るために、一日三食しっかり食べましょう。



本日の食材料出身地

きょうしゅう ざいりょう
今日使用している材料は、ここで生産されました。



きのう のこ ぜんこうぶん
昨日の残り (全校分)

ホットドッグ 13人分(1.6kg)

フライドポテト 2人分(0.1kg)

アインopf 19人分(3kg)

ぎゅうにゅう ほん
牛乳 15本