給食ひとくちメモ　12月8日(水)

今日のくだものは青森県から届いた「サンふじ」という名前のりんごです。「ふじ」は実に袋をかぶせて育てますが、「サンふじ」は袋をかぶせずに育てます。太陽の光をたっぷりと浴びると甘みが強くなるそうです。

料理の後ろのマークは、その料理が体の中で主にどんな働きをするかを表しています。

エネルギーになる…★

筋肉や骨をつくるもとになる…○

体の調子を整える…＊

くだもの＊　牛乳○

ビーンズポテト★○

きのこピラフ★＊　野菜スープ○＊