



トーストは、無塩食パンを使用しています。パンには基本塩が入っていますが、無塩食パンはその名の通り、塩が入っていないので給食の減塩に役立ちます。味のついた具材をのせて焼くことで、無塩食パンでも食べやすくなります。

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…＊



三色サラダ＊

牛乳○

ツナコーン
トースト★○＊

ミートボール入り
トマトスープ○★＊