一週間の給食を写真で紹介します

10月12日（月）	10月13日（火）	10月14日（水）
スポーツの日	 麦ご飯 肉じゃが 茎わかめの金平 のっぺい汁 牛乳 ＜789kcal＞	 麦ご飯 豚肉の生姜焼き ハムともやしの炒め物 炒り豆腐 鶏汁 牛乳　＜817kcal＞
	のっぺい汁は、里芋や根菜類を多く使用し、とろみのある汁物または煮物として全国的に親しまれている郷土料理です。	生姜の香り成分はシネオールといいます。食欲増進の働きを持ち、疲労回復・健胃・解毒・消炎作用もあるとされています。 

10月15日（木）	10月16日（金）	
 コッペパン りんごジャム 小松菜とコーンのソテー ソーセージのケチャップ煮 揚げ春巻 フォー 角チーズ 牛乳　＜824kcal＞	 さつま芋ご飯 鶏肉の照り焼き 人参しりしり 豆腐の味噌汁 牛乳 ＜812kcal＞	**風邪は万病の因（もと）** 風邪はあらゆる病気のもとになるという意味のことわざ。 たかが風邪くらいと軽くみてはいけないという戒めです。 少しでも熱があったり、寒気がしたら早めに体を休めましょう。 高い熱が出ると食欲がなくなるので、早めの予防、治療が大切です。 また、風邪の症状が長引くような場合には、別の病気も考えられるという意味もあります。
フォーは平たい米粉麺を使ったベトナムの麺料理です。 	**郷土料理☆人参しりしり** 細切りした人参と卵を炒める沖縄の郷土料理で、「しりしり」とは細切りという意味の沖縄の方言です。 	