



なかもとランチタイム

★今日のこんだて★

ぶどうゼリー

あきのめぐみ
たっぴりカレー



こまつなと
わかめのサラダ

【給食のお話】

今日は秋の食材がたくさん使われています。カレーの中にある食材で、秋から冬が旬のものは何があるか、見つけられますか？今日は、さつまいも、しめじ、マッシュルーム、れんこん、にんじんなどが旬の食材としてカレーに入っています。

秋は、食欲の秋ともいわれていて、夏は暑くて食欲がでなかった人も、だんだんと食欲が戻ってきます。また、お米、芋、きのこなどたくさんの食材が収穫される季節です。秋の旬の食材をバランスよくしっかり食べて、寒い冬を乗り越える準備をしましょう。

【担任の先生方へ】

今日は特にありません。
いつもありがとうございます♪

【昨日の残菜】

- ★麦ご飯：10.7kg（約76人分）
- ★かつおの竜田揚げ：21切れ
- ★ぐる煮：9.5kg（約59人分）
- ★ゆず和え：3.1kg（約81人分）

自分が食べられる量を考えて、みんなで
いしきしてみよう！苦手でもあと1くち
チャレンジ♪



仲本小学校全体の残菜率は5.4%でした！