

給食センターからこんにちは

12月の小学校の献立より...

2学期最後の
給食です☆



☆平成26年12月19日(金)の給食紹介☆

小学校 エネルギー:643kcal たんぱく質:24.4g 脂質:24.5g 塩分:3.2g

★主食：ピラフ

☆主菜：とりの香草焼き

★副菜：フロコリーサラダ(ドレッシング)

☆汁物：コンソメスープ

★デザート：クリスマスケーキ

☆飲み物：牛乳

★☆☆2学期最後の給食★☆☆

2学期最後の給食は、クリスマスにちなんでケーキが登場しました。みんなで楽しくいただくことができましたでしょうか？またケーキが気になって、ピラフやおかずにつかえないなんてことはなく、しっかり食べることができたでしょうか？



★☆☆★年末年始の過ごし方★☆☆★

クリスマス、大みそか、お正月...年末年始は、楽しい行事がたくさんあり、ケーキやごちそうを食べる機会も多くなります。「つい食べ過ぎて…」などにならないよう、家の手伝いなどをして、積極的にからだを動かしましょう！また朝・昼・夕の1日3食しっかりと、規則正しい生活を心がけましょう！

～元気モリモリ冬休みキーワード～

ふ だんよりおかしやジュースのとりすぎ注意
ゆ っくりよくかみ、味わおう
や さいや果物、たっぷり食べよう
す っきり目覚めて、おいしい朝ごはん
み んなそろって楽しい食事



中身は「いちごのケーキ」
でした(o)/

