

9月10日(木)おいしいなつうしん

ぎゅうにゅう
こまツナマヨトースト
こだいらめざましスープ
めざましゼリー

☆きのうの正解☆ ② 菊の節句

◎今日のクイズ◎

正解のクラス

1の1、2の1、3の1、4の2、
5の1、5の2、6の1、6の2

9月の「めざましスイッチあさごはん月間」にあわせた献立です。「こまツナマヨトースト」は市立保育園、小学校、中学校の給食で統一メニューとして実施しています。不足しがちな鉄分を補い、朝ごはんにはピッタリなトーストです。「こだいらめざましスープ」は豆や野菜をたくさん使っていて、これ一杯で栄養をたっぷりとることができます。朝ごはんにおすすめなスープです。

「めざましゼリー」は、具に果物を入れました。一日の食事の中で、果物は朝食時に食べるのが一番良いといわれています。朝に果物を食べるのもおすすめです。

みなさんは、朝ごはんを食べてから登校していますか？朝ごはんは一日の中で最も大切な食事です。毎日、朝ごはんをしっかりと食べましょう！

さて、「朝の果物は〇〇」といわれています。〇〇とは何でしょうか？

① 金 ② 銀 ③ 銅

もりつけかた

めざましゼリー

こまツナ
マヨトースト

こだいら
めざましスープ

大わん