



ひと口目は野菜から

## 給食ニュース

令和7年10月20日(月)

### 今日の献立



今日は、磯の香りがおいしい「あ  
おのりごはん」です。たこ焼きやお  
好み焼きの上にのっている「青の  
り」は、おにぎりやのり巻きで使う  
「のり」と実は種類が違います。  
名前にどちらにも「のり」がついま  
すが、青のりは「アオサ」という  
海藻の仲間で、栄養もビタミン、ミ  
ネラルが多く含んでいます。

主食	あおのりごはん
汁物	とりじる
主菜	さかなのちゅうかごまてりやき
副菜	かいそうサラダ