



いと口目は野菜から

## 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」がつきますが、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