

給食室からの手紙



12月 21日 月曜日

主食・・・ご飯

主菜・・・松風焼き

副菜・・・柚香和え

汁物・・・かぼちゃのすいとん汁

飲み物・・・牛乳

今日は冬至です。一年のうちで最も昼が短く夜が長い日のことをいいます。

冬至には、ビタミンAやカロテンが多いかぼちゃを食べると風邪の予防になるといわれています。