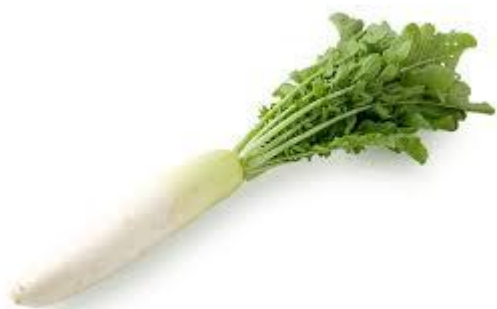
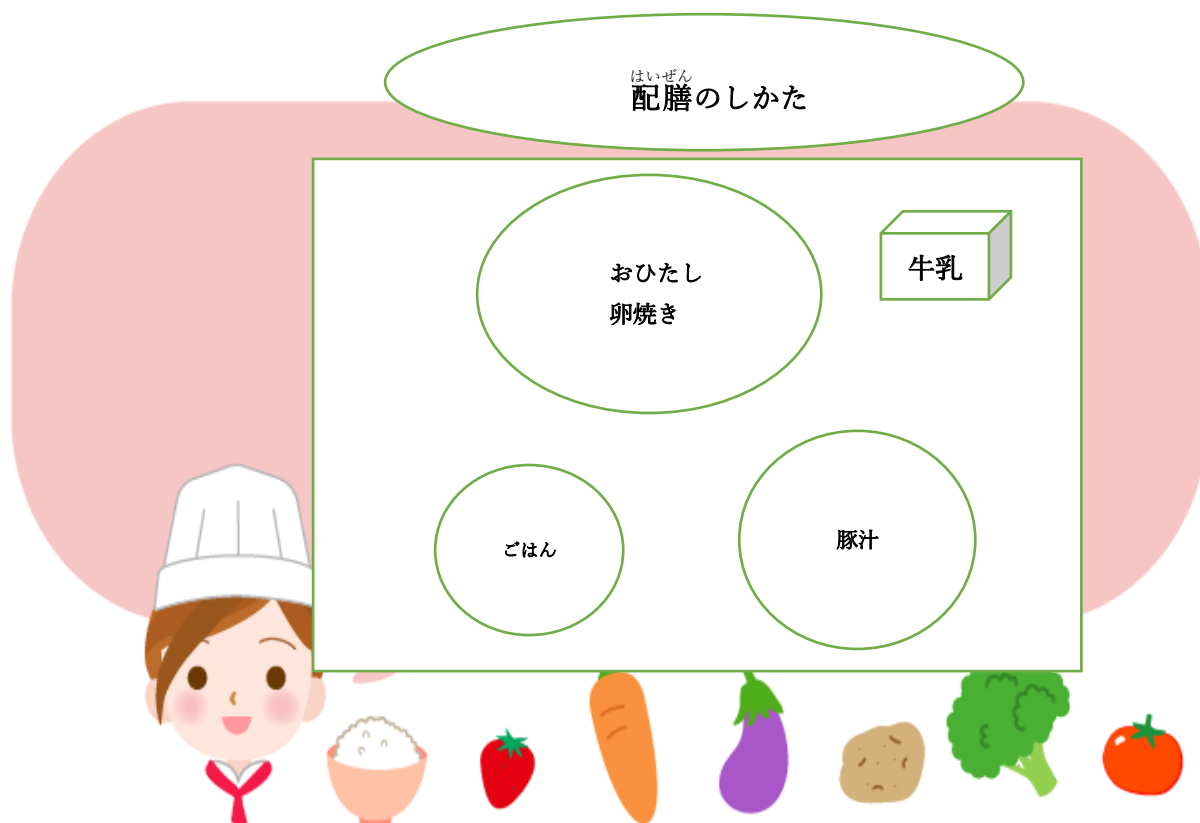


今日の給食は、すずしろごはん、和風卵焼き、小松菜のおひたし、豚汁、牛乳です。



「すずしろ」とは大根の事で「すずしろごはん」とは大根の葉を入れたごはんです。大根の葉には、皮膚を丈夫にしてくれるビタミンCや免疫力を高めてくれるベータカロテンが豊富に含まれています。

お店ではあまり葉の付いた大根は売っていませんが、もし葉も手に入ったらごはんに入れるだけでなく、油炒めにしても美味しく食べられます。