

食育ニュース

7月8日(月)

グリーンサラダ

平皿

ドレッシングを
まぜましょう。

ぎゅうにゅう
牛乳

とりにく こや
鶏肉のパン粉焼き

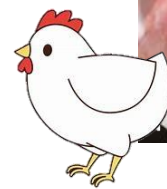
深皿

わかめごはん

たまごスープ

飯椀

とりにく とくちょう ひとこと とう たんぱく ていしぼう てい ぎゅうにく ぶたにく
鶏肉の特徴を一言でいうと、「**高たんぱく・低脂肪・低カロリー**」。牛肉や豚肉
くら べても、低エネルギーで高たんぱくなお肉です。また、鶏肉は他の肉よ
せんに 繊維がやわらかいため、**栄養の吸収**がよいとされ
ています。そのため、**胃腸が弱っている時**や**病気**
とき じょうきょうとう た の時の**滋養強壮**としても食べられます。



給食室の様子

衛生管理の徹底



卵を扱うときは、厳しい衛生上のルールがあります。使う器具やエプロン・人を分け、できあがった物と導線が被らないよう徹底します。