

# 食育ニュース

10月16日(水)

ぎゅうにゅう  
牛乳

皿なし

や  
焼きりんご

ドレッシング

をまぜましょう。

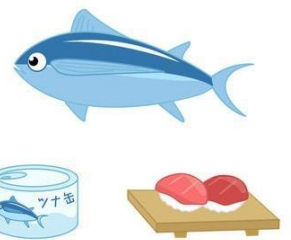
深皿

スープスパゲティー

ツナサラダ

副菜皿

「ツナ」は、**マグロやカツオの加工品**です。最近では、**日本食の人気**が出て、**海外でもマグロ**が食べられるようになりました。そのため、**マグロが希少**になり、**代用品としてカツオ**で作ったツナも登場するようになりました。マグロもカツオも、**DHAとEPA**という栄養を多く含み、**血をサラサラ**にしたり、**学習能力を高める**など、たくさんのよい効果があります。



給食室の様子

りんごをていねいにスライスし、バター・グラニュー糖・シナモンをのせてじっくりと焼き上げました。

