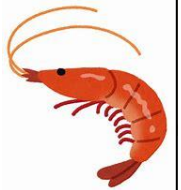


食育ニュース

10月17日(木)



ようしょく ちゅうか わしょく ひんばん
洋食、中華、和食と、頻りに利用される**エビ**ですが、食べれば「**腰が曲がるまで長生きできる**」といわれ、縁起のよい食材です。



エビには、**タウリン**という栄養が豊富に含まれています。みなさん、勉強

やスマホの見過ぎで、目が疲れていませんか？タウリンは**血圧**

を正常に保ったり、動脈硬化を予防し、肝臓の動きを強くするほ

かに、目の網膜の動きを助けるため、**疲れ目対策**にも効きます。



給食室の様子



衛生管理の徹底
～毎日の飲用牛乳～



牛乳は、専用の冷蔵庫で、毎日温度の記録を取り、教室に届ける直前まで保冷しています。