



学校給食メニュー



門川町学校給食センター



6月5日のメニュー

麦ごはん、鶏肉と大根の煮つけ、
梅風味和え、牛乳



一口メモ（当日の放送）

今日の献立の梅風味和えの梅干しは、酸っぱさの元であるクエン酸が代表的な栄養素で、殺菌効果があることも知られています。その他、ミネラルが豊富で、カルシウムや鉄の吸収を助けてくれる働きもあり、「一日一粒で医者いらず」ということわざもあります。さっぱりした梅風味和えを、おいしく食べて元気になりましょう。

