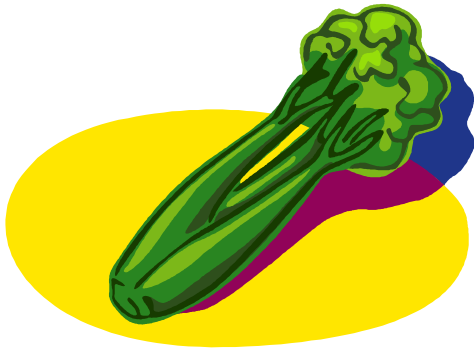


らんちたいは

平成 16 年 3 月 9 日 小学校給食室

きょう だいた
今日はみんなが大好きなミートソーススパゲッティー。
きゅうしょくしつ つく とくせい
給食室で作る特製ミートソースです。



へん とくせい
どの辺が特製かって？

やさい
なんといっても野菜がたっぷり
はい ていしぼう
入って、しかも低脂肪・・・ということ。
たま
玉ねぎやにんじんはもちろんだけれど、
きら なまえ で
嫌いなものアンケートで名前が出てい

はい
た「セロリ」だって入っています。・・・というより、セロリ
はい
が入っているからこそ、こんなにおいしくなるのです。

やさい も あつ なんばい
ひとつひとつの野菜の持っている“クセ”は、集まると何倍
へんしん
ものおいしい“パワー”に変身するんだね。

ぜんしん しんちんたいしゃ
セロリは全身の新陳代謝をよくするカロテンをはじめ、ス
かいしょう こうか しー ぶく
トレス解消に効果があるビタミンCもたくさん含んでいま
いろ うす やさい なか しょくもつせんいりょう
す。また、色の薄い野菜の中では、セロリの食物繊維量は
なか なか けんこう
トップクラス！お腹の中から健康になれそうですね。

ことし きゅうしょく ようか
今年の給食も、あと8日になりました。今年の
きゅうしょく おも で いま きゅうしょく
給食の思い出、そして、今までの給食の
おも で おし きゅうしょくしつまえ かみ
思い出などを教えてください。給食室前に紙を
ようい は くた
用意したので貼りつけて下さいね。

ミニコッペパン
ぎゅうにゅう
ミートソーススパゲッティ
こぶきいも
ぶたにくとレタスのカレースープ