



巖美小学校リクエスト給食

令和3年7月5日（金）



巖美小学校のリクエスト給食です

きょうは、巖美小学校のリクエスト給食です。きょうのメニューを考えてくれた6年生のみなさんから「私たちの大好きなメニューの中から、栄養のバランスを考えて献立を作りました。」というメッセージが届きました。脂ののったサバは給食でも人気の魚ですが、その中でも特に「サバのみそ煮」は大人気です。

気温が高くなると「食欲がなーい！」「食べたくなーい」という声が聞かれるようになりますが、暑さに負けて頭が痛くなったり、体がだるくなったり、集中力が無くなったりします。そうならないためにもきょうの「リクエスト給食」のようなバランスのよい食事を心がけましょう。

