

 きょう どようびきゅうしょく
今日は土曜日給食です! 

今日の給食はキーマカレーです。キーマカレーには、
レンズ豆が入っています。レンズ豆は、レンズの形に似た
丸くて平たい形をしていて、ヒラマメとも呼ばれていま
す。豆類には、からだをつくるたんぱく質や、お腹の中を
きれいにしてくれる食物繊維などの栄養素が豊富に含ま
れています。食感もあるので、
しっかり噛んで食べましょう!





キーマカレー、ピクルス、フルーツサイダーゼリー