

令和7年11月26日 水曜日

旬:りんご

★フレンチサラダ

☺八王子産キャベツ、
にんじん、きゅうり使用

★牛乳

★手作りりんごジャム

★ミルクパン

★ ★白菜のクリームスープ

☺八王子産にんじん、はくさい使用

令和7年11月26日 水曜日

旬:りんご



今が旬！のりんご



甘酸っぱくてシャキッとした「ふじ」・酸味が強い「紅玉」、甘めの「王林」など、りんごにはたくさんの種類があります。

いろいろ食べ比べてみるのも楽しいですよ 🍏

「1日1個のりんごで医者いらず」という言葉を知っていますか？これはイギリスのウェールズに伝わる、ことわざです。「毎日りんごを食べると病気になりにくく、健康に良い」という意味があります。りんごには、「おなかの調子を整える」「体の疲れをとる」などの働きがあります。今日の給食ではそんなりんごを使って手作りりんごジャムを作りました！



八王子市学校給食センター元横山