

令和7年1月21日 水曜日

【野菜350】



令和7年1月21日 水曜日



今日の給食の
野菜
173g



野菜350

病気を予防し、毎日健康で元気に過ごしていけるよう「野菜を1日350g以上食べましょう」という目標があります。

旬の野菜を食べよう！

1年中お店で売られている野菜が多くありますが、実はそれらの野菜にも旬があります。旬の時期にとれた物はおいしくて、栄養もたっぷりです！給食では旬の野菜をたくさん使っているので、ぜひ味わって食べてみてください。