

# 令和8年10月6日 火曜日

## 中学生の考えたバランス献立

### ★海藻サラダ

☺八王子産だいこん,きゅうり,しょうが使用

### ★牛乳

### ★鮭とほうれん草のポテトグラタン

### ★フワフワミルクパン

### ★玉ねぎスープ

# 令和8年10月6日 火曜日

## 中学生の考えたバランス献立 第六中学校



### ＊生徒さんからのメッセージ＊

今日の給食はからだもこころも元気になるバランス献立！

鮭とほうれん草のポテトグラタンで筋肉や骨に必要な栄養を、

フワフワミルクパンでエネルギーチャージ！

海藻サラダと玉ねぎスープで体調を整えつつ、食物繊維もばっちり。友達と食べるあったかい食事の時間を楽しんでくださいね！

