

# 給食紹介

令和 6年 6月 7日(金)

キムタクごはん 牛乳  
餃子(1個)  
きのこづくの味噌汁

「キムタクごはん」は、長野県の学校給食で始まった料理です。長野発祥と言うことで、長野県で有名なきのこを使った味噌汁です。とはいえ、群馬県産のしめじ・しいたけを使用しました。安中市産の「なす」も使用して、美味しい味噌汁を作りました。味わってくださいね。



長野県&群馬県コラボ給食です。

6月4日~10日は



歯と口の健康週間

## キムタクごはん

今日は、キムチとつぼ漬けたくあん、豚肉などを炒めて作った具を、ごはん混ぜた『キムタクごはん』です。キムチは**食欲を増進**させてくれる働きがあります。また、豚肉には、**疲労回復**に役立つビタミンが多く含まれ、キムチと一緒に食べることでさらに吸収がよくなります。『キムタクごはん』は、疲労回復&スタミナUP↑、みなさんにぴたりです。さらに『餃子』『味噌汁』で、ビタミン・ミネラル・塩分・水分補給もできて、頑張っているみなさんにぴったりな“応援メニュー”です。

今日もしっかり食べて、みなさんの実力を発揮してくださいね。