

しまっこランチ

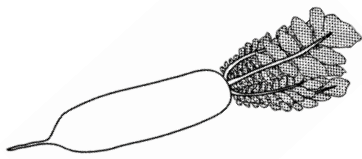


今年も残すところ、あと1か月となりました。寒さも一段と厳しさを増してきています。

冬を元気にすごすために、うがいや手洗いはもちろん、バランスのとれた食事を心がけましょう。

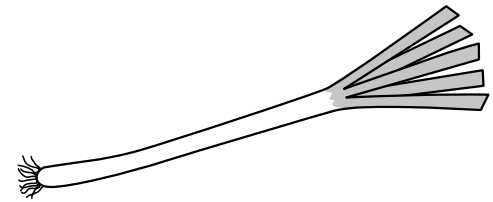
冬が旬のたべもの

だいこん



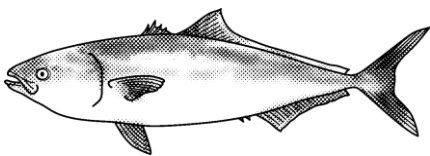
冬のだいこんは甘みが増します。
おでんや煮物などにぴったりです。

ねぎ



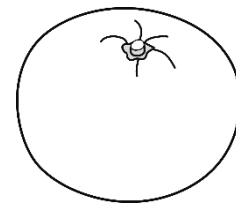
ねぎは体をあたためる作用があります。

ぶり

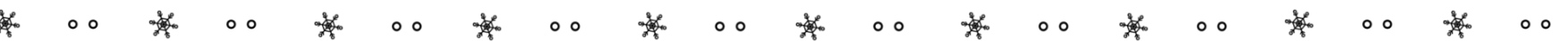


たんぱく質や、脂質が豊富です。

みかん



ビタミンCが豊富です。12月16日は
磯部みかんが給食にでますよ。



センター見学 ～ 東海小学校

11月6日、東海小学校2年生がセンター見学に来てくれました。いつも食べている給食がどのように作られているのか、調理員さんがどのような気持ちで作っているのかを勉強しました。その後、センターで給食を食べました。いつもの給食と違って、特別なお味だった。



生産者交流会 ～ 志摩小学校

11月18日、志摩小学校で、5年生を対象に生産者交流会が行われました。

今回は、「まるてん」の池田さんから「かつおぶし」についてお話いただきました。かつおぶしができるまでに6か月もかかることを知り、子どもたちはとても驚いていました。また、本物のかつおぶしに、

