

2026.6.18

【今日の給食】

ごはん・牛乳・さばのみそ煮・きんぴら・すまし汁



魚を食べるときは、はしで身をほぐし、一口で食べられるくらいの大きさにして食べます。また、骨があるときは、はしで取り除いてから食べるようにします。

魚を皿に盛りつけるときは、魚の頭側（太い方）を左に、腹側を手前に向けるようにします。

食べ方や盛り付け方を知って、じょうずに食べてほしいと思います。

今日の「まごポイント」は、**パーフェクトの7つ**です。

ま	ご	は(わ)	や	さ	し	い	ごうけい 合計
まめ	ごま	わかめ	やさい	さかな	しいたけ	いも	
●	●	●	●	●	●	●	
とうふ みそ	ごま	わかめ	しょうが ごぼう にんじん ねぎ	さば	えのきたけ	つきこんにゃく	7