

2026.10.5

【今日の給食】

ごはん・牛乳・ひじきごはんの具・ししゃもフライ・呉汁



ししゃもは、骨まで全て食べられるので、骨や歯をじょうぶにする「カルシウム」が多くふくまれます。よくかんで食べましょう。