

9月15日（火）の給食

献立

麦ごはん 牛乳 ハヤシライス
フルーツ白玉



給食の「麦ごはん」には、山口県内で育った「大麦」を使っています。大麦には、おなかの調子を整える「食物せんい」が白米の約10倍も含まれています。また、プチプチとした食感が特徴で、しっかり噛むことで、脳の働きが活発になり、集中力がアップします。