



阿波市の給食(令和2年12月14日~12月18日)



12月14日(月)
ごはん 大根のちゅうか煮
バンバンジー のりたまふいかけ
クリームだいふく 牛乳



12月15日(火)
小型コッペパン なす入りナポリタン
ごぼうとひじきのサラダ みかん
黒豆きなこクリーム 牛乳



12月16日(水)
麦ごはん 阿波おどりの親子丼
ばんさんすう フルーベリータルト
牛乳



12月17日(木)
ごはん ベーコンたまご焼き
フロッコリーのかんきつあえ すき焼き
牛乳



12月18日(金)
丸型切り込みパン ぶりフライ
ポイル野菜 冬野菜の米粉シチュー
マヨ&ソース 牛乳

使った阿波市の野菜
キャベツ、きゅうり、はくさい、ねぎ、に
んじん、フロッコリー、かぶ、だいこん

Awa産
Our消



かぜやインフルエンザ予防のポイント

- ①こまめな手洗い・うがい
- ②1日3回バランスの良い食事
- ③十分な睡眠
- ④適度な運動
- ⑤適度な保温と保湿



