

9月

パクパクタイムズ



きょう 〈今日のメニュー〉

てつぶん めん
鉄分たっぷりジャージャー麺

あま ず あ
甘酢和え

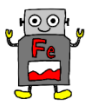
しらたま ぎゅうにゅう
白玉フルーツポンチ、牛乳



【主な食材の産地・取り扱い業者】

蒸し中華めん：宮原製麺 練りごま：多国籍
飲用牛乳：コーシン乳業 白玉団子：国産
豚ひき肉：埼玉、群馬、茨城
レバーチップ：国産 大豆ミート：多国籍
赤みそ：国産
にんにく：青森
生姜：高知
玉葱：北海道
人参：北海道
たけのこ水煮：国産
にら：茨城
きゃべつ：群馬
もやし：栃木、福島
きゅうり：埼玉
黄桃缶：ギリシャ
パイン缶：フィリピン
みかん缶：国産

鉄強化キャラクター
鉄ちゃん



きょう
今日は **鉄分強化献立**

てつぶん めん
「鉄分たっぷりジャージャー麺」です！

板橋区の給食では、鉄分摂取強化のために、毎月「鉄分強化献立」が登場します。今日は7年生貧血検査の日です。鉄分の多い食材を意識してとり、貧血を予防しましょう！

〈ぱくぱくクイズ〉

きょう きゅうしょく しょう しょうざい なか てつ おお
今日の給食で使用されている食材の中で、「鉄」を多く含むものは
次のうちどれでしょうか？

①レバー

②大豆

③ごま



（こたえ）①②③すべて

鉄はレバーのほか、あさり、大豆、豆腐や生揚げなどの大豆製品、レンズ豆、ごま、牛肉（赤身）、小松菜、ほうれん草、きくらげなどにも多く含まれています。

きょう きゅうしょく のこ
今日の給食も残さずおいしくいただきます！