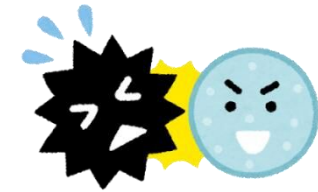


小学校

6月13日の
ときめき給食

- ごはん(金芽米) きんめまい
- 青菜のんにく炒め あおな いた
- にらまんじゅう

●黒酢豚 くろすぶた



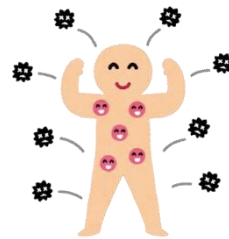
今回のときめきポイント



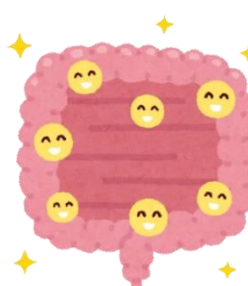
今回のテーマは「免疫力アップ！」です！ めんえきりよく

免疫力とは？ めんえきりよく

免疫力とは、病気や感染症の原因となる細菌やウイルスなどから体を守ってくれる力のことです。免疫力を高めることは、健康に毎日を過ごすためにとても大切です！



免疫にかかわる細胞の半分以上は腸の中にあるといわれていて腸内の環境が良いと、免疫力がアップします！



黒酢 くろす

発酵食品の一つである「お酢」は、腸内環境を整えて免疫力をアップしてくれる食材です！
今回のときめき給食は、お酢の中でも特に効果



があるとされる「黒酢」を使用します。
黒酢の免疫力アップ効果で元気に過ごしましょう！