

令和7年10月9日

目の愛護デー献立



献立

- ・スパゲティ
ミートソース
- ・小松菜サラダ
- ・佐倉産ブルーベリー
のマフィン
- ・牛乳

10月10日は目の愛護デーです。今日の給食では、一日早いですが、目に優しい食材を取り入れました。

目の健康を守るためには、ビタミンAがとても大切です。ビタミンAは、人参などの緑黄色野菜に多く含まれています。また、ブルーベリーには、疲れた目に効く栄養素が入っています。

給食では、佐倉市内で作られたブルーベリーを使ったマフィンを作りました。