

# きょうのこんだて

10がつ20にち

ごはん

ABCすーぷ

とりのれもんがけ

ぽてとさらだ



## きょうのポイント

パセリ

パセリの葉には、鉄やカロテン、ビタミンCやカリウムなどたくさんの緑の体の調子を整えてくれる栄養が入っています。

また、パセリの香りには食欲を増進させる働きがあるので、疲れて食欲がない時にもってこいですね。料理の横に添えられたりするパセリですが、給食ではスープにフレーク状(小さく)で入れています。ぜひ香りを楽しんでくださいね。



# 10がつ20にち きょうのたべもの

