

10がつ24にちの こんだて

わかめごはん

おにおんすーひ

とりのれもんがけ

ぽてとさらだ



Today's Quiz



鶏肉は疲れた時に食べると元気になれる事で知られていますが
一番効果が得られやすい部位はどこでしょう？

- ①ささみ ②むね肉 ③もも肉 ④手羽先



今日の給食で使っているじゃが芋は
加東市にある有機農業の農場さんから購入したものです。
普段のじゃが芋も一緒ですが、農家さんが丹精込めて
育てたじゃが芋です。じっくり味わってみてくださいね。

こたえ：②

胸肉には疲労予防、疲労回復力を高める効果がある成分が多く含まれています。この成分のおかげで、渡り鳥は1万km以上も休みなしで飛び続けられると言われています。



10がつ24にち きょうのたべもの

