

給食通信

9月2日（水曜日）今日の献立は、

『スタミナ焼き肉丼 もずくと卵のスープ

冷凍りんご 牛乳』です。



今日のスープには、もずくという海藻を使っています。もずくの95%は沖縄県でとれたものです。もずくの表面はぬるぬるとして、ぬめりがあります。このぬめり成分の「フコダイン」という成分には、肌の保湿力を高める効果があり、肌のハリやつやを保ち、しわも抑える働きがあります。また、コレステロール値を下げたり、抗酸化力が強く、がんの予防や胃かきようの修復に効果があります。免疫力を高めて、風邪予防にもなるので、残さず食べて下さい。

明日は、はしの日です。はしを忘れないようにしましょう。