

令和7年11月 給食献立表



だしで味わう和食の日 ~11月26日は和食の日献立です~

主食・主菜・副菜を基本とした「一汁三菜」の日本の食事スタイルは、多様な食材を組み合わせて、栄養バランスを取りやすい形と言われています。また、だしのうま味を上手に使うことで、動物性油脂や塩分をひかえることができ、生活習慣病の予防にもつながります。

幼児期から、素材やだしのおいしさを味わえる和食に慣れ親しんで、将来にわたる健康な食習慣をはぐくみたいですね。



つあ節

※運動会

※運動会