

きゅうしょく
給食の

しゅ

しょく

主食

4月

きゅうしょく
ゆうびん

しゅしょく えねるぎい もと たいせつ た もの
主食はエネルギーの素になる大切な食べ物です。

す しゅしょく
みなさんの好きな主食は
なん
何ですか？



ごはん

まつもとしな い こめ
松本市内でとれたお米です。

パン

しはん ぱん さとう ばたあ すく
市販のパンより砂糖、バターが少ないです。
ながのけんさん こむぎ ばあせんと
長野県産の小麦が45% 入っています。



きゅうしょく りょう かてい た
給食ぐらいの量を家庭でも食べると
えいよう
栄養のバランスがとりやすいですよ！