

光市子ども食育キャッチフレーズ みんなで「早寝 早起き 朝ごはん」～「光の恵み」いただきます～

家族そろって楽しく食卓を囲みましょう

Table with columns: 日 (曜), 献立, 材料名, 家庭でとりたい食品, エネルギー. Rows 1-18.

水分補給をきちんと行おう!

暑くなりましたね! みなさんは水分補給がきちんとできていますか? 私たちの体の60~70%は水分でできています...

Infographic with 3 panels: 1. のどが渇く前に飲む, 2. 少しずつ、こまめに飲む, 3. 冷やし過ぎや保管場所にも注意.

Infographic with 2 panels: 1. 飲み物の種類に気をつける, 2. 食べ物からも水分補給.

七夕献立・・・7日(月)

7月7日は、七夕です。そこで、7日(月)の給食は、七夕にちなんで献立になっています。「七夕汁」には、天の川に見立てた魚そめんや、星形のオクラが入っています...



今月の地場産給食の日・・・16日(水)

16日(水)は、地場産給食の日です。卵やわかめ、ひじき、県産大豆で作られた豆腐などは、山口県産のものを使用しています。

光市のホームページに、給食センターの概要や献立表が掲載されています。ご覧ください。アクセス方法は「光市ホームページ http://www.city.hikari.lg.jp」...