

4月15日（金）

- ご飯
- ぶた丼
- ごま和え
- 牛乳



ぶた丼はご飯にかけてたべるとおいしいです。給食が始まって1週間になります。みなさん、早寝早起きをしてしっかりと朝ごはんを食べていますか？規則正しい生活を送るためには、早起きの習慣をつけるようにすると夜は早く眠ることが出来ます。そして昼間は思い切り体を動かしましょう。朝ごはんをしっかりとよくかんで食べると体が目覚めて勉強に集中できるようになります。早寝、早起き、朝ごはんの習慣を身に付けるようにしましょう。