

献立ひとくちメモ

11月6日(木)



11月2日(日)は、高松
中学校の開校記念日です。

今年で第76回目を迎えました。今日の給食には、高松中学校のお誕生日をお祝いする献立が登場します。朝早くから調理員さんが一生懸命心をこめて作ってくれたので、感謝して食べましょう。

古代米とは、赤色(タンニン)や黒色(アントシアニン)などの色素を持つ品種の総称で、白米に比べてビタミン・ミネラル・食物繊維、ポリフェノールなどの栄養価が豊富で、健康に良いと注目されています。

【代表的な古代米】

赤米、黒米(紫黒米)、緑米、香り米など