

4月14日(木)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
さば	ノルウェー
とりにく	宮崎
ぶたにく	埼玉
にんじん	徳島
たけのこ	鹿児島
しょうが	高知
ながねぎ	栃木
もやし	福島
キャベツ	愛知
だいこん	茨城
こまつな	東京
さやえんどう	徳島
しめじ	長野

今日の給食は「たけのこごはん」に「さばのねぎみそ焼き」と「野菜のごまあえ」「のっぺい汁」です。

「たけのこごはん」は春しか食べられない“新たけのこ”を使った、この季節限定の旬の味です。“新たけのこ”はやわらかく、甘みがあるのが特徴で、また寒い冬の間エネルギーため込み、暖かくなる春の季節と同時に芽吹くので、その生命力がまるごと詰まっています。特に食物繊維が豊富なので、食べるとおなかの中から体を元気にしてくれます。

ちなみに、茹でたけのこに付いている白い物質はチロシンというアミノ酸の一種で、できるだけ取らずに食べるのがよいそうです。来週も元気に登校し、毎日楽しくすごせるよう、今日も残さずしっかりと食べてくださいね😊