

10月 2日 (月)

※ 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
とりにく	宮崎
ぶたにく	埼玉
たまご	群馬
にんにく	青森
ごぼう	埼玉
たまねぎ	北海道
にんじん	北海道
じゃがいも	北海道
かぼちゃ	北海道
しめじ	長野
パセリ	長野
キャベツ	長野
こまつな	埼玉
えのきたけ	新潟

今日から10月の学校生活がスタートします。この時期は夏の残暑から一転して、急に肌寒くなることが多いので、夏の暑さから続く疲れと気温の変化で最近では“秋バテ”になる人が多いそうです。みなさんも“秋バテ”にならないために服装や食事に気をつけ、季節の変化に負けない強い体づくりを心がけましょう！！

そんな10月最初の給食は「鶏ごぼうピラフ」に「洋風たまご焼き」と「マカロニスープ」です。

「鶏ごぼうピラフ」は名前の通り、鶏肉とごぼうが入った少し和風なピラフで、にんにくも入っているのでスタミナ&栄養満点な一皿です。また「洋風たまご焼き」と「マカロニスープ」も具たくさんで栄養がたっぷりとつまっています。

10月も楽しいひと月であるよう、残さずしっかりと食べて栄養とパワーをつけましょう🍴😊