

9月12日(水)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
とりにく	宮崎
あさり	中国(加工:日本)
にんにく	青森
セロリー	長野
なす	栃木
にんじん	北海道
たまねぎ	北海道
パセリ	長野
きゅうり	千葉
もやし	栃木
キャベツ	長野
マッシュルーム	千葉
りんご	長野

今日の給食は「ボンゴレロッソ」に「イタリアンドレッシングサラダ」と「パンナコッタ」のイタリアンメニューです。

「ボンゴレロッソ」はイタリア語で**ボンゴレ**（**ヴォンゴレ**）が“あさり（二枚貝）”、**ロッソ**が“赤”という意味があるイタリア南部のナポリ地方でよく食べられている『あさり入りトマトスパゲッティ』です。

日本でも昔からよく食べられている貝“あさり”には、その身の大きさからは想像できないほど栄養がたくさん詰まっていて、特にミネラル・タウリン・亜鉛・ビタミンB2・鉄分を多く含み、疲労回復や美肌効果、貧血予防など、色々な健康効果が期待できる食品でもあります。ちなみに“あさり”を冷凍すると栄養は少し減りますが、細胞が壊れるためうま味は倍増するそうです。健康な体をつくるために今日もモリモリとたくさん食べて、元気な毎日をすごしてくださいね😊