

2月13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！

春雨サラダ



スタミナ丼

にらたまスープ

食材名

産地名

ぶたにく

埼玉・群馬

たまご

茨城

にんにく

青森

しょうが

高知

たまねぎ

北海道

にんじん

千葉

えのきたけ

長野

たけのこ

熊本

はくさい

茨城

こまつな

埼玉

ちんげんさい

静岡

だいこん

神奈川

キャベツ

愛知

もやし

栃木

にら

栃木

今日の給食は「スタミナ丼」に「春雨サラダ」と「にらたまスープ」の栄養&スタミナ満点メニューです。

「スタミナ丼」は豚肉とたっぷりの野菜を中華風に味付けし、ごはんの上にのせた戸山小特製の丼ぶりメニューのひとつです。

この丼ぶりの名前の由来は、豚肉の**ビタミンB1**とにんにくの**アリシン**と一緒に調理することで疲労回復&スタミナ効果がUP↑

するということから「スタミナ丼」と名付けてみました。ちなみに、ごはんの上の具は中華料理の“チンジャオロース”を参考に作ってあるので、食欲がすすんでペロッと食べてしまうはずですよ♡

「スタミナ丼」以外のツルシャキ！人気の「春雨サラダ」やにらと卵の相性バツグンの「にらたまスープ」も栄養満点なので、しっかり残さず食べてくださいね☺

まだまだ風邪やインフルエンザが流行っているので、給食前はもちろん！こまめに手洗いをする習慣を身に付けましょう！！