１月　15日（水）　✿ 今日の給食 ✿

お皿の位置に注意しよう！

★今日の食材の産地★

食材名	産地名
ごぼう	埼玉
人参	千葉
玉ねぎ	北海道
長ネギ	群馬
もやし	栃木
キャベツ	愛知
大根	千葉
さつま芋	千葉
小松菜	東京
豚肉	埼玉・群馬
鶏肉	宮崎他
卵	茨城

今日の給食は、他人丼、ごまドレッシングサラダ、さつま汁　です。

今日のドレッシングには、「すりごま」と「ねりごま」が入っています。すりごまとねりごまは、いりごまより、体に吸収されやすい形になっています。「セサミン」と言う成分が体の細胞を活性化させる働きがあります。またカルシウムが多く入っているので、成長期のみなさんの骨を丈夫にする働きがある食材です。