

9月 7日 (月)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	北海道
たまご	北海道
ながねぎ	青森
にら	茨城
えのきだけ	長野
こまつな	東京
もずく	沖縄
なし	福島
ぶたにく	埼玉・群馬

今日の給食は「マーボー豆腐丼」「もずくスープ」「梨」です。

今日のデザートは、今が美味しい時期の「梨」です。梨にはカリウムと言う成分が入っています。

この時期、湿度が多く体に水分がたまりやすくなりますが、カリウムは水分調節を正しくしてくれる働きがあります。