

10月10日(金)

※今日の給食※

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！



しよくざいめい 食材名	さんちめい 産地名
ぶたにく	さいたま 埼玉
たまご	ぐんま 群馬
ちりめんじゃこ	ひろしま・かがわ・えひめ 広島・香川・愛媛
にんにく	あおもり 青森
しょうが	こうち 高知
たまねぎ	ほっかいどう 北海道
にんじん	ほっかいどう 北海道
はくさい	ぐんま 群馬
ちんげんさい	しずおか 静岡
だいこん	あおもり 青森
もやし	とちぎ 栃木
きくらげ	ちゅうごく 中国
ブルーベリー	アメリカ
レモン	オーストラリア

今日は、10月10日『目の愛護デー』です！10を横にして2つ並べると目に似ていることから“目を大切にする日”になったそうです。今日の給食でも目によい食べもののブルーベリーを使った「ブルーベリーヨーグルト」をデザートにしてみました☆

目によい食べものは、ブルーベリー以外にも、レバー・うなぎ・ぶたにく・色の濃い野菜などがあります。逆に目に悪いテレビやゲームなどは時間を決めて、見すぎ・やりすぎに気をつけましょう！