

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	茨城
もずく	沖縄
しょうが	高知
にんにく	青森
たけのこ	熊本
たまねぎ	北海道
にんじん	千葉
えのきたけ	長野
ピーマン	茨城
だいこん	神奈川
もやし	栃木
こまつな	東京
きゅうり	千葉

☆地産地消

今日の給食は“沖縄県”のご当地給食「もずく丼」です。もずくのどんぶり!?!と少しビックリする人もいるかもしれませんが、沖縄の小学校や中学校では大人気すぎてレトルト食品にもなってしまったくらいです。肉や野菜と一緒にあんかけにしてあるので、もずくのぬるっとした食感が気にならず、食べやすくなっています。東京では『もずく酢』くらいしか食べませんが、沖縄では『もずくの天ぷら』や『もずくのスープ(みそ汁)』『もずくのチヂミ』など、いろいろなもずく料理を食べるそうです。

もずくは、ミネラル豊富で体によい食べものなので、みなさんもいろいろな食べ方を見つけてみてください。