

5月21日(木)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！

キャラメルポテト

牛乳

ツナトマトスパゲッティ

マスタードレッシングサラダ

食材名

産地名

にんにく

青森

セロリー

長野

にんじん

徳島

たまねぎ

兵庫

キャベツ

神奈川

きゅうり

千葉

こまつな

東京

パセリ

長野

さつまいも

千葉

マッシュルーム

千葉

ホールコーン

北海道

粉チーズ

北海道

生クリーム

北海道

今日の給食は、トマトたっぷり「ツナトマトスパゲッティ」と粒マスタード入りの手作りドレッシングがポイントの「マスタードレッシングサラダ」に、洋風の大学芋みたいな「キャラメルポテト」です。

今季節、紫外線が多くなり肌が傷つきやすくなります。運動会練習や外遊びなどでみなさんの肌もきつと傷ついているはず。そんな傷ついた肌を元気にしてくれるのがトマトにたくさん入っている“リコピン”です。“リコピン”は紫外線から肌を守り、傷ついた肌を治してくれる働きがあります。

日焼け止めを塗るだけでなく、トマトを食べて体の中から肌の健康を守りましょう！！