

6月9日(火)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！



食材名

産地名

ぶたにく
とりささみ
たまねぎ
にんじん
ながねぎ
こまつな
キャベツ
もやし
きゅうり
わかめ
ねりうめ

さいたま
埼玉
かごしま みやざき
鹿児島・宮崎
ひょうご
兵庫
ちば
千葉
いばらき
茨城
とうきょう
東京
いばらき
茨城
とちぎ
栃木
ぐんま
群馬
いわて
岩手
わかやま
和歌山

とうとう関東地方も雨の多い“梅雨”の季節となりました。“梅雨”はその名前にもあるように『梅』がおいしくなる季節でもあります。『梅』には、梅のすっぱさの素となるクエン酸がたくさん入っています。

クエン酸は、体の疲れを取ってくれたり、悪いバイ菌やウィルスの増殖を抑えてくれたりと、この季節にピッタリの働きをしてくれます。

今日の給食の「ささみともやしの梅和え」にもクエン酸がたっぷり入っているので、すでに夏バテぎみの人、体がだるい人、もっと元気になりたい人は、しっかりと食べて、クエン酸パワーで元気になってください☆