

お皿の位置に注意しよう!

ツナサラダ

牛乳

ガーリックトースト

クリームシチュー

食材名

産地名

とりにく

宮崎

にんにく

青森

たまねぎ

兵庫

にんじん

茨城

じゃがいも

長崎

パセリ

千葉

マッシュルーム

千葉

キャベツ

茨城

もやし

栃木

きゅうり

群馬

生クリーム

北海道

今日の給食は、にんにくパワーでスタミナも食欲もUP↑してくれる「ガーリックトースト」に、人気の「クリームシチュー」と「ツナサラダ」の洋風メニューです。

“にんにく”は、今も昔も料理には欠かせない香味野菜として食べられています。その栄養素や成分は今だにたくさんの方が研究しているほど魅力にあふれているそうです。

特に“にんにく”の香りは食欲をそそり、料理に少し加えるだけでもおいしさを増してくれます。

すでに暑さで食欲がなく、元気が出ない人がいたら、ぜひ“にんにく”を料理に入れてみましょう☆