

7月13日(月)

# 今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！



かぼちゃのきんぴら

牛乳

さわらのにんにくみそ焼き

ごはん

吉野汁

食材名

産地名

さわら

韓国

とりにく

岩手

にんにく

青森

にんじん

青森

かぼちゃ

茨城

さやいんげん

千葉

だいこん

北海道

しめじ

長野

こまつな

東京

ながねぎ

茨城

今週で1学期もラストスパートです。今週は蒸し暑い日が多く、梅雨明け間近の1週間となりそうです。

最後の最後で体調を崩さないように気をつけ、楽しい夏休みを迎えられるようにしましょう。

今日の給食は「ごはん」「さわらのにんにくみそ焼き」「かぼちゃのきんぴら」「吉野汁」と、週はじめから元気の出るメニューばかりです。特に「さわらのにんにくみそ焼き」の“にんにくみそ”は2つの栄養食材と一緒に混ぜ合わせることで、さらに栄養効果がパワーアップ↑するスーパー調味料となります。

旬の味「かぼちゃのきんぴら」も栄養満点で白いごはんに合いますよ！今日もしっかりと食べてくださいね☆