

お皿の位置に注意しよう!



食材名	産地名
ぶたにく	青森
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
にんじん	青森
しょうが	高知
はくさい	長野
なめこ	秋田
えのきたけ	長野
しめじ	長野
ながねぎ	青森
こまつな	東京
もやし	栃木
キャベツ	千葉
じゃがいも	北海道
ほししいたけ	大分・鹿児島

今日の給食は「きのこうどん」に「じゃこと野菜のからしあえ」と「みそポテト」です。

「きのこうどん」はえのきたけやしめじ・なめこなど旬の“きのこ”がいろいろ入っています。“きのこ”は食物繊維・ビタミンB群やビタミンD・ミネラルなどの栄養がある低カロリー食品です。また、きのこに含まれるグアニル酸は、かつお節のイノシン酸やこんぶのグルタミン酸と並ぶ『3大うま味成分』でもあるので、料理にきのこを加えるだけで、うま味たっぷりのおいしい料理になります。

新メニューの「みそポテト」は埼玉県秩父地方のご当地料理で、秩父の人たちの大好物！だそうです☆