

12月10日(木)

❀ 今日の給食 ❀

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！

和風ドレッシングサラダ

牛乳

ごはん&しそひじきふりか

車ふと野菜のうま煮

食材名

産地名

とりにく

岩手

ちりめんじゃこ

広島・香川・愛媛

しょうが

高知

ごぼう

埼玉

にんじん

千葉

たまねぎ

北海道

だいこん

東京

さやいんげん

沖縄

こまつな

東京

じゃがいも

北海道

もやし

栃木

ひじき

長崎

今日の給食は「ごはん」に「しそひじきふりかけ」と「車ふと野菜のうま煮」「和風ドレッシングサラダ」です。

「しそひじきふりかけ」はひじき・ゆかり・ちりめんじゃこ・ごまが入った鉄分&カルシウムたっぷりの手作りふりかけです。ごはんにかければ栄養満点❀白いごはんが苦手な人もモリモリと食べられるはずですよ！

「車ふと野菜のうま煮」もごぼうやじゃがいも・車ふなど具たくさんで肉じゃが風の味付けなので、白いごはんとの相性もピッタリです。かぜやインフルエンザだけでなく、お腹の調子が悪くなったり、気持ちが悪くなったりする病気が流行っているので、手洗い&うがいをきちんとし、しっかりと食べ、明日も元気に登校しましょう☆