

12月14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!



食材名	産地名
とりにく	岩手
たまご	茨城
にんにく	青森
にんじん	千葉
たまねぎ	北海道
じゃがいも	北海道
ほうれんそう	群馬
ながねぎ	青森
はくさい	茨城
こまつな	埼玉
えのきたけ	長野
マッシュルーム	千葉
グリーンピース	ニュージーランド

今日は給食でも人気の「チキンライス」に「洋風たまご焼き」と「白菜スープ」の洋風メニューです。

「チキンライス」は日本生まれの洋食で、名前の通り“鶏肉(チキン)”が入ったケチャップ味のごはんです。“鶏肉”は主に『にわとり』の肉のことを指し、かも・あひる・うずら・七面鳥などの食べられる鳥は“鶏肉”とは言わないそうです。“鶏肉”は肉の中でも低カロリーで高タンパク質のヘルシーな食材であり、特に皮に多いコラーゲンは肌のうるおいを保つ働きがあるので、肌が乾燥するこの季節にはぴったりの食材です。

今日もしっかりと食べて、今週も元気に1週間を乗り切りましょう!!