

9月 7日 (水)

※ 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
ぶたにく	青森
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
しょうが	高知
にんにく	青森
にんじん	北海道
たまねぎ	北海道
きゃべつ	長野
しめじ	長野
ながねぎ	栃木
こまつな	東京
きゅうり	千葉
だいこん	青森
もやし	栃木
なし	福島

今日の給食は「豚肉と生揚げのみそ煮丼」に「じゃこサラダ」と旬の果物「梨」です。

今日の「豚肉と生揚げのみそ煮丼」に入っている“生揚げ（厚揚げ）”は、給食でもおなじみの食品ですが、豆腐を油で揚げて作るので、豆腐と同じくたんぱく質が豊富な健康食品でもあります。また、同じように油揚げも豆腐を揚げて作りますが、その違いは『豆腐の厚さ』です。油揚げは、薄切りにした豆腐を揚げるので、中まで火が通り、ふわっとした食感になりますが、生揚げは、厚切りにした豆腐を揚げるため、外が油揚げのような食感で中は豆腐そのままの食感が残ります。どちらも大豆の栄養がぎっしりと詰まっているのでしっかりと食べましょう😊