

11月1日(火)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう!

ごまドレサラダ

牛乳

わかめごはん

五目カレー煮

食材名

産地名

| | |
|---------|----------|
| ぶたにく | 青森 |
| しょうが | 高知 |
| たまねぎ | 北海道 |
| にんじん | 北海道 |
| じゃがいも | 北海道 |
| こまつな | 東京 |
| もやし | 栃木 |
| キャベツ | 長野 |
| グリーンピース | ニュージーランド |

今日から11月です。11月になると朝晩だけではなく昼間の気温もグッと低くなり、空気も乾燥してきます。空気が乾燥すると風邪やインフルエンザのウィルス(細菌)が広まりやすくなるので、外から帰ってきた時や食事の前には手洗い・うがいを忘れずにしましょう!また、食事をしっかりと食べることで、体を中から温めることができます。

今日の給食は「わかめごはん」に「五目カレー煮」と「ごまドレサラダ」です。特に「五目カレー煮」は、カレー粉やしょうがなどの体が温まる食材が入っているので、今日のような肌寒い日にはピッタリのメニューです。

寒い季節でも元気に毎日をすごせるよう、今月も残さずしっかりと食べてくださいね☺