

お皿の位置に注意しよう！



食材名	産地名
かじきまぐろ	インド洋
とりにく	みやざき 宮崎
しょうが	こうち 高知
にんにく	あおもり 青森
にんじん	ちば 千葉
たまねぎ	ほっかいどう 北海道
たけのこ	くまもと 熊本
ながねぎ	とちぎ 栃木
はくさい	いはらき 茨城
ちんげんさい	しずおか 静岡
しめじ	ながの 長野
えのきたけ	ながの 長野
だいこん	とうきょう 東京
もやし	とちぎ 栃木
キャベツ	とうきょう 東京

今日で11月も終わりとなります。そして、なんと！2学期の給食も今日を入れて残り15回となってしまいました。

そんな15回のうちの1回、今日の給食は「かじきと野菜のうま煮丼」に「野菜サラダ」と「中華風スープ」です。

「かじきと野菜のうま煮丼」は、揚げた「かじきまぐろ」を野菜と一緒に酢豚風（酢は入っていません）に仕上げ、ごはんの上にかけて栄養満点の一杯です。「かじきまぐろ」は低カロリー&高タンパク質の魚で、魚臭さも少ないため揚げるとお肉のように食べやすくなります。魚が苦手な人もきっとおいしく食べられるはずですよ！

明日からは2学期のまとめの月、12月です。元気に2学期を終えられるよう、今日も残さず食べてくださいね😊