

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
ちりめんじゃこ	広島・香川・愛媛
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	北海道
こねぎ	佐賀
こまつな	東京
キャベツ	愛知
ながねぎ	栃木
もやし	栃木
はくさい	群馬
えのきたけ	長野
さといも	埼玉
ほししいたけ	大分・鹿児島
きりぼしだいこん	宮崎

どにち だいかんぼとうらい こんしゅう かお みみ いた さむ あさ  
 土日からの大寒波到来で、今週は顔や耳が痛くなるほどの寒い朝からのスタートとなりました。

きょう きゅうしよく あじつ きりぼしだいこん や しる わしよくこんだて  
 今日の給食は「ごはん」に「味付けのり」と「切干大根のたまご焼き」「じゃこサラダ」「みそ汁」の和食献立です。

きりぼしだいこん や ふゆ ほぞんしよく きりぼしだいこん はい  
 「切干大根のたまご焼き」には、冬の保存食のひとつ“切干大根”がたっぷりと入っています。“切干大根”は細く

き だいこん ふゆ は ひ てんびほ でんとうてき つく かた たいよう ひかり あ てんびほ  
 切った大根を冬のカラッと晴れた日に天日干しするのが伝統的な作り方だそうです。太陽の光を浴びせ、天日干しにした

だいこん あまみ ま しよくもつせんい えいようそ なま だいこん ばい ふ えいようまんてん  
 大根は甘味が増し、カルシウムや食物繊維・ビタミンなどの栄養素が生の大根の10~20倍も増えて栄養満点になります。

こんしゅう さむ ま げんき たの いっしゅうかん す きゅうしよく のこ た  
 今週も寒さに負けず、元気で楽しい一週間を過ごすためにも、給食を残さずしっかりと食べてくださいね😊