

1月18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
とりにく	宮崎
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	北海道
じゃがいも	北海道
さといも	埼玉
れんこん	茨城
だいこん	東京
ごぼう	埼玉
キャベツ	愛知
もやし	栃木
こまつな	東京
りんご	長野
ぼんかん	愛媛
ホールコーン	北海道

今日の給食は「冬野菜のカレーライス」に「コーンサラダ」と旬の果物「ぼんかん」です。

「冬野菜のカレーライス」は、名前の通りいろいろな冬野菜を入れたこの季節限定のカレーライスです。冬に旬の野菜には土の中で育つ『根菜』が多く、特に“にんじん”“ごぼう”“れんこん”“だいこん”などの根菜は加熱して食べると体を中から温めてくれる作用があります。また、今日のカレーは、にんにく・しょうが・香辛料をたっぷり使った特製カレーなので、一皿きちんと食べれば体がポカポカと温まってくるはずですよ!

インフルエンザなどの病気が流行っているので、しっかりと食べて栄養をとり、病気にならない体をつくりましょう◎