

4月12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！

ツナ春巻き

牛乳

キムチチャーハン

わかめスープ

食材名

産地名

ぶたにく

埼玉

とりにく

宮崎

しょうが

高知

にんじん

鹿児島

たまねぎ

北海道

ながねぎ

千葉

たけのこ

鹿児島・福岡・愛媛

もやし

福島

だいこん

茨城

えのきたけ

新潟

こまつな

東京

ほししいたけ

大分・鹿児島

はくさいキムチ

日本(国産)

今日は昨日の天気とは打って変わって気持ちの良いさわやかな1日となりました☀

今日の給食は「キムチチャーハン」に「ツナ春巻き」と「わかめスープ」の栄養&スタミナ満点メニューです。

「キムチチャーハン」には豚肉も入っているので、キムチの味との相性はもちろん！栄養面でも🌸の組み合わせです。

特に豚肉の“ビタミンB1”は疲労回復に必要な栄養素であり、キムチに入っているにんにくの“アリイン(アリシン)”

と一緒に食べることで体への吸収が高まり、疲労回復効果もUP↑します。

今日もモリモリとたくさん食べて、疲れ知らず🍀の元気な体をつくりましょう😊