６月 12日（月） ✿ 今日の給食 ✿

お皿の位置に注意しよう！

★今日の食材の産地★

食材名	産地名
さけ	チリ
とりにく	宮崎
にんにく	青森
にんじん	茨城
たまねぎ	香川
キャベツ	愛知
じゃがいも	長崎
パセリ	長野
もやし	福島
きゅうり	千葉
こまつな	東京
マッシュルーム	千葉

今日の給食は「ガーリックピラフ」に「鮭のマスタードソース焼き」と「もやしサラダ」「ミネストローネ」です。

「カーリックピラフ」の“ガーリック”つまり『にんにく』は、何となく元気が出ない時や夏バテ気味の時に食べるとよいスタミナ食材として有名ですが、これは今も昔も同じで、時代をさかのぼること約6000年、歴史上最も古い『にんにく』と人間との関わりの証拠がエジプトに残されていたそうです。ちなみに**ツタンカーメン王**のお墓からも『にんにく』が発見され、世界三大美女の一人**クレオパトラ**も美しさを保つために『にんにく』を食べていたと言われています。

みなさんも夏バテ予防や健康・美容のためにも『にんにく』料理を食べてみてくださいね☺