

6月15日(木)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！



食材名 産地名

とりにく	宮崎
ぶたにく	埼玉
たまご	群馬
しょうが	高知
たまねぎ	香川
にんじん	千葉
こねぎ	佐賀
キャベツ	愛知
もやし	福島
えのきたけ	長野
ながねぎ	茨城
だいこん	青森
こまつな	東京
きゅうり	東京
きりぼしだいこん	宮崎

今日の給食は「梅若ごはん」に「切干大根の卵焼き」と「みそドレサラダ」「沢煮わん」の和食メニューです。

「梅若ごはん」はその名の通り“梅”と“わかめ（若布）”の入った混ぜごはんです。梅の酸味とわかめの塩味が暑い日にもピッタリの組み合わせでもあります。また、「切干大根の卵焼き」には“切干大根”がたっぷりと入っていますが、実はこの“切干大根”見た目は細く干からびていますが、その中身はカルシウムや食物繊維などの栄養がいっぱい詰まった保存食です。また、太陽の光を浴びせて干しているため、生の大根よりも甘みが増し、歯ごたえもよくなり、うま味も出ます。今日も一口一口しっかりと噛みしめ味わいながら、残さずしっかりと食べてくださいね！