

7月18日(火)

今日の給食

★今日の食材の産地★

皿の位置に注意しよう！

みそドレサラダ

発酵乳

さんまのかば焼き丼

とうがん汁

食材名	産地名
さんま	北海道
とりにく	岩手
しょうが	高知
にんじん	青森
キャベツ	長野
もやし	栃木
こまつな	埼玉
えのきたけ	長野
とうがん	神奈川
ながねぎ	茨城
わかめ	岩手

今日の給食は「さんまのかば焼き丼」に「みそドレサラダ」と「とうがん汁」です。

「さんまのかば焼き丼」は揚げたさんまに甘辛ダレがよく合う、給食人気メニューのひとつです。日本では夏の暑い時期に夏バテ予防として“うなぎ”を食べる習慣がありますが、うなぎは高級食材のため、残念ながら給食ではなかなか使えません。

そこで、安くて栄養のある青魚“さんま”をうなぎの代わりにして作られたのが、この「さんまのかば焼き丼」です。

1学期の給食も今日と明日で終わります。楽しい夏休みまであと少しとなりました。夏バテ知らずの元気な体で夏休みを迎えるためにも、今日もしっかりと食べて栄養&スタミナをつけましょう！！