

6月19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!



食材名	産地名
とりにく	宮崎
ちりめんじゃこ	愛媛・広島・香川
しょうが	高知
じゃがいも	長崎
たまねぎ	佐賀
にんじん	千葉
ごぼう	埼玉
さやいんげん	千葉
こまつな	埼玉
もやし	栃木
キャベツ	群馬
みかん	和歌山

今日は久しぶりに太陽☀️が顔を出し、青空も見えるよい天気となりました。昨日よりも気温が上がり、少し蒸し暑いので熱中症にならないよう、体を動かした後や遊んだ後には必ず水を飲むよう心がけましょう。

今日の給食は「ごはん」に「車ふと野菜のうま煮」と「じゃこと野菜のおひたし」そして、冷え冷え「冷凍みかん」です。 「車ふと野菜のうま煮」の“車ふ”は丸くて真ん中に穴が開いている**焼き麩**の仲間で、見た目が車輪のように見えるのでその名が付いたと言われています。ちなみに、焼き麩を含む『麩』はふわふわとして栄養が無いと思われがちですが、実はたんぱく質が豊富で、カルシウムや鉄・亜鉛などのミネラルも入っているので、体によい食材でもあります。

明日も元気に登校し、楽しい一日をすごせるよう、今日もモリモリと食べてパワーをつけてくださいね😊