

7月 2日 (月)

＊今日の給食＊

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！



食材名	産地名
ぶたにく	埼玉・群馬
にんにく	青森
セロリー	長野
にんじん	千葉
たまねぎ	佐賀
じゃがいも	長崎
パセリ	長野
キャベツ	長野
もやし	栃木
マッシュルーム	千葉
レンズマメ	アメリカ

7月がはじまりました。一学期も残すところあと20日！楽しみな夏休みまでもうひと踏ん張りですね！！

そんな7月最初の給食は「チーズトースト」に「揚げじゃがのミートソース煮」と「キャベツサラダ」です。

「チーズトースト」は食パンに“チーズ”をのせて焼いただけのシンプルなトーストですが、栄養のある牛乳から作られた“チーズ”にはたんぱく質やカルシウムなどの栄養がギュッと詰まっているので、1枚食べるだけでも簡単に栄養がとれます。

「揚げじゃがのミートソース煮」はカラッと揚げたじゃがいもとミートソースの相性バツグンなボリューム満点の一皿です。

特に給食のミートソースには肉以外にも野菜やきのこ、豆などがたっぷり入っているので栄養も満点ですよ＊

7月も元気にすごし、楽しい夏休みを迎えるためにも残さずもりもりしっかりと食べてくださいね☺