

9月 3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	群馬・埼玉
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	北海道
たまねぎ	北海道
たけのこ	長野
もやし	栃木
ピーマン	茨城
えのきたけ	長野
こまつな	東京
だいこん	青森
きゅうり	千葉
しめじ	長野
ながねぎ	栃木
とうがん	東京
モロヘイヤ	群馬
もずく	沖縄

9月が始まりました。暑い暑い夏が終わり、少しずつですが秋の気配が感じられる季節になりました。

今日の給食は沖縄県のご当地給食である「もずく丼」に「人参シリシリサラダ」と「冬瓜とモロヘイヤのスープ」です。

「もずく丼」は沖縄県の特産品「もずく」を使った栄養満点の丼ぶりです。『もずくの丼ぶり!?』と驚くかもしれませんが、ツルっとしたもずくとシャキシャキの野菜がマッチして、想像以上に食べやすい丼ぶりとなっています。もともと「もずく丼」は沖縄の学校給食のメニューだったのですが、そのおいしさが広まり、今ではレトルト食品にもなっているほど人気だそうです。

「冬瓜とモロヘイヤのスープ」は薬膳にもよく使われる「冬瓜」と「王様の野菜」と言われるほど栄養価の高い「モロヘイヤ」を入れた健康スープで、夏の暑さで疲れた体を癒してくれる働きがあるので、しっかりと残さず食べてくださいね。