

3月 5日 (火)

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 |
|---------|-----|
| とりにく    | 宮崎  |
| にんにく    | 青森  |
| ごぼう     | 埼玉  |
| パセリ     | 千葉  |
| にんじん    | 茨城  |
| たまねぎ    | 北海道 |
| キャベツ    | 愛知  |
| ほうれんそう  | 群馬  |
| じゃがいも   | 北海道 |
| えのきたけ   | 長野  |
| こまつな    | 埼玉  |
| マッシュルーム | 千葉  |
| デコボン    | 愛媛  |

今日の給食は「鶏ごぼうピラフ」に「洋風たまご焼き」と「マカロニスープ」「デコボン」の栄養満点洋風メニューです。

「鶏ごぼうピラフ」は名前の通り、鶏肉（鶏ひき肉）とごぼうの入った『ピラフ』ですが、味付けにしょうゆを使っているため、洋風だけど、ちょっぴり和の風味も加わった食べやすい味付けのピラフとなっています。

ちなみに『ピラフ』とは、炒めた米に具とだし汁（スープ）を加えて炊いた料理のことで、その名前も作り方も、もとはトルコで食べられている“ピラウ”という米料理から来ていると言われています。

「洋風たまご焼き」は給食でもよく出るたまご料理のひとつで、じゃがいもやにんじん、たまねぎ、ほうれん草などを入れて具たくさんに仕上げた栄養満点の一品で、味付けにマヨネーズとチーズが入っているため、そのまま食べてもおいしいですよ😊

まだまだ風邪などが流行る季節なので、病気になるないように、しっかりと食べて栄養補給をしてくださいね！！