

9月6日(金)

今日の給食

★今日の食材の産地★

お皿の位置に注意しよう！

キャベツのレモン和え

揚げ鶏のんにく醤油かけ

のざわなごはん

きのこ汁

食材名

産地名

にんにく

しょうが

だいこん

にんじん

キャベツ

しめじ

えのきだけ

じゃが芋

なが

小松菜

のざわな

とりにく

豆腐

あおもり

こうち

あおもり

ほっかいどう

ながの

ながの

ながの

ほっかいどう

あおもり

とうきょう

ながの

みやざき

さが

今日の給食は、野沢菜ごはん、揚げ鶏のんにく醤油かけ、キャベツのレモンあえ、きのこ汁 です。

ごはんに入っている「野沢菜」は、主に長野県下高井郡野沢温泉村を中心としたところで栽培された野菜です。

ベータ-カロテンという栄養が多く入っているので、体の免疫力を高めたり、生活習慣病を予防する効果があり

ます。今日は、ごま油で炒めてごはんに入れてみましたので、食べてみてください。