

9月24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！

もやしの中華サラダ

さばの味噌焼き

たくわんとベーコンの
ごはん

トックスープ

食材名

産地名

にんにく

しょうが

人参

キャベツ

もやし

白菜

えのきだけ

長ネギ

小松菜

鶏肉

たくわん

青森

高知

北海道

長野

栃木

長野

長野

青森

東京

宮崎

群馬

今日の給食は、たくわんとベーコンのごはん、さばの味噌焼き、もやしの中華サラダ、トックスープ です。

「さば」には、DHAという栄養が入っています。これは、脳の機能を上げる効果があると言われ、記憶力の

向上にも役に立つ栄養です。また、血液をサラサラにして、体中に栄養を運びやすくする役目もあります。

脳の働きをよくするお魚を食べて、午後の授業も頑張りましょう。