

12月15日(水)

今日の給食



★今日の食材の産地★

| 食材名 | 産地名 |
|------|-------|
| にんにく | 青森 |
| 生姜 | 高知 |
| 人参 | 千葉 |
| 玉ねぎ | 北海道 |
| 長ネギ | 群馬 |
| もやし | 栃木 |
| キャベツ | 愛知 |
| 小松菜 | 東京 |
| みかん | 愛媛 |
| 豚肉 | 埼玉・群馬 |

今日の給食は、「マーボーラーメン」「じゃこと油揚げのサラダ」「みかん」です。

マーボーラーメンのピリッとした辛さは、一味とうがらしによるものです。一味とうがらしは、辛いだけでなく、血流を良くして、体温を上げる効果があります。体温が上がると免疫力が上がり、風邪やウィルスから体を守ることできます。寒い時期にはからだをあたためる食材を積極的にとりましょう。