

2月10日(木)

❀ 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
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまご	北海道
はくさい	茨城
チンゲン菜	茨城
キャベツ	愛知
じゃが芋	北海道
こまつな	東京
ぶたにく	鹿児島

今日の給食は、「中華丼」「フライドポテト入りはちみつドレサラダ」「ぶどうゼリー」です。

今日は、はちみつを入れたドレッシングです。はちみつには腸内の善玉菌のえさになるオリゴ糖が入っているため、腸内環境を良くするためにとても良い食品です。腸内環境を良くすると風邪やウィルスに対抗する免疫力が高まりますので、今の時期、体を風邪から守るためにもしっかりとりたい食品です。