

5月13日(月)

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
にんにく	青森
玉ねぎ	北海道
パセリ	香川
キャベツ	愛知
えのきだけ	長野
人参	徳島
長ネギ	千葉
鶏肉	宮崎
めかじき	インド洋

今日の給食は、ガーリックピラフ、めかじきのからしマヨネーズ焼き、キャベツのスープです。

今日のガーリックピラフに入っている「にんにく」には、たくさんの体に良い効果があります。風邪などのウィルスをやっつける免疫力をつよくしたり、体の血流を良くして全身に栄養を運ぶ効果もあります。最近、朝と日中の温度差が激しく、また運動会の練習で体をたくさん動かしているため、体調を整えるのが大変ですが、にんにくパワーをもらい元気に今週も過ごしましょう!