

6月 8日 (水)

❀ 今日^{きょう}の給食^{じょく} ❀



★ 今日^{きょう}の食材^{じょくざい}の産地^{さんち}★

食材名 ^{じょくざい せいめい}	産地名 ^{さんち せいめい}
豚肉 ^{ぶたにく}	埼玉 ^{さいたま} ・群馬 ^{ぐんま} ・鹿児島 ^{かごしま}
鶏肉 ^{とりにく}	宮崎 ^{みやざき}
しょうが	高知 ^{こうち}
にんじん	埼玉 ^{さいたま}
たまねぎ	兵庫 ^{ひょうご}
万能ねぎ ^{ばんのう}	福岡 ^{ふくおか}
もやし	栃木 ^{とちぎ}
ごぼう	青森 ^{あおもり}
こまつな	東京都 ^{とうきょうと}
だいこん	青森 ^{あおもり}
ねぎ	茨城 ^{いばらき}

6月4日～10日は、「歯と口の健康週間」です！
給食では、かみごたえのある食材を使った、
“カミカミメニュー”を取り入れています♪

今日^{きょう}の給食^{じょくしょく}は、「牛乳^{ぎゅうにゅう}」「昆布ごはん^{こんぶ}」「ちぐさ焼き^や」「切り干し大根のサラダ^き」「豚汁^{とんじり}」です。

今日^{きょう}のカミカミメニューは、「切り干し大根のサラダ^き」です。切り干し大根とは、大根を細長く切って、乾燥させたものです。乾燥させることで、うま味や栄養が高まり、また、シャキシャキとした食感も増します。

まずは、ひと口^{くち}15回^{かい}！チャレンジできる人は、ひと口^{くち}30回^{かい}！を目標に、よくかんで食べてください♪