

9月21日(水)

❀ 今日の給食 ❀

★ 今日の食材の産地★

食材名

産地名

うなぎ

鹿児島

にんじん

北海道

ごぼう

群馬

さやいんげん

青森

もやし

栃木

キャベツ

長野

じゃがいも

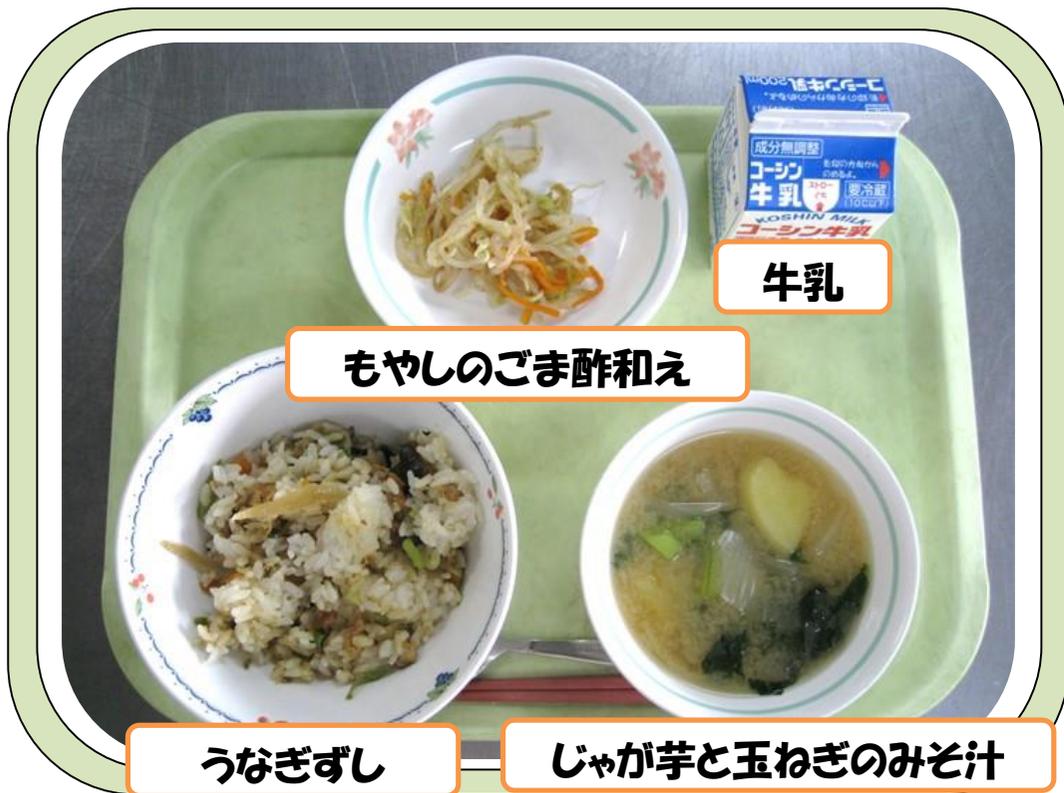
北海道

たまねぎ

北海道

こまつな

東京都



今日の給食は、「牛乳」「うなぎずし」「もやしのごま酢和え」「じゃが芋と玉ねぎのみそ汁」です。

今日は、「うなぎ」を使った混ぜ寿司を提供します。うなぎには、ビタミンB1という栄養が特に豊富に

含まれています。ビタミンB1は、体の代謝を促進させるはたらきがあり、疲労回復にもつながります。

残暑でバテてしまった体にぴったりの食材です。うなぎずしを食べて、スタミナをつけましょう！