

2月 6日 (月)

❀ 今日の給食 ❀



★ 今日<sup>きょう</sup>の食材<sup>しょくざい</sup>の産地<sup>さんち</sup>★

食材名 <sup>しょくざいめい</sup>	産地名 <sup>さんちめい</sup>
いか	ペルー
鶏肉 <sup>とりにく</sup>	宮崎 <sup>みやざき</sup>
ごぼう	青森 <sup>あおもり</sup>
にんじん	千葉 <sup>ちば</sup>
いんげん	沖縄 <sup>おきなわ</sup>
しょうが	高知 <sup>こうち</sup>
にんにく	青森 <sup>あおもり</sup>
キャベツ	愛知 <sup>あいち</sup>
もやし	栃木 <sup>とちぎ</sup>
ほうれんそう	群馬 <sup>ぐんま</sup>
たまねぎ	北海道 <sup>ほっかいどう</sup>
だいこん	神奈川 <sup>かながわ</sup>
じゃがいも	北海道 <sup>ほっかいどう</sup>
ねぎ	茨城 <sup>いばらき</sup>

今日<sup>きょう</sup>の給食<sup>きゅうしょく</sup>は、「牛乳<sup>ぎゅうにゅう</sup>」「ひじきごはん」「いかの香味焼き」「人参ドレッシングサラダ」「呉汁」です。

にんじんは、緑黄色野菜<sup>りょくおうしょく やさい</sup>の仲間<sup>なかま</sup>で、「カロテン」という色素<sup>しきそ</sup>が多くふくまれています。緑黄色野菜<sup>りょくおうしょく やさい</sup>の仲間<sup>なかま</sup>には、

にんじんの他<sup>ほか</sup>に、トマトやブロッコリー、かぼちゃ、ピーマンなど、色の濃い<sup>いろ こ</sup>野菜<sup>やさい</sup>があります。

今日<sup>きょう</sup>は、カロテンがたっぷり入<sup>はい</sup>ったにんじんをすりおろして、ドレッシングに入<sup>い</sup>れました♪