

5月9日(木)

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

しょうが

高知

ごぼう

埼玉

人参

特品

玉ねぎ

北海道

白菜

茨城

さやいんげん

千葉

きゅうり

千葉

キャベツ

神奈川

もやし

栃木

大根

茨城

えのきだけ

埼玉

長ネギ

埼玉

小松菜

東京

豚肉

埼玉・群馬

今日の給食は、豚肉のうま煮丼、野菜のからし和え、沢煮わんです。

豚肉のうま煮丼に入っている「生揚げ」は、お豆腐2倍カルシウムがあり、鉄分は3倍、なんとタンパク質は5倍も入っています。カルシウムは、しっかりした骨を作る役目があり、皆さんの成長にかかせないものです。小学生のうちにしっかりと骨を作っておくと、大人になってからも元気な体で過ごすことができます。未来の自分の健康のために、ぜひ食べてみてください。