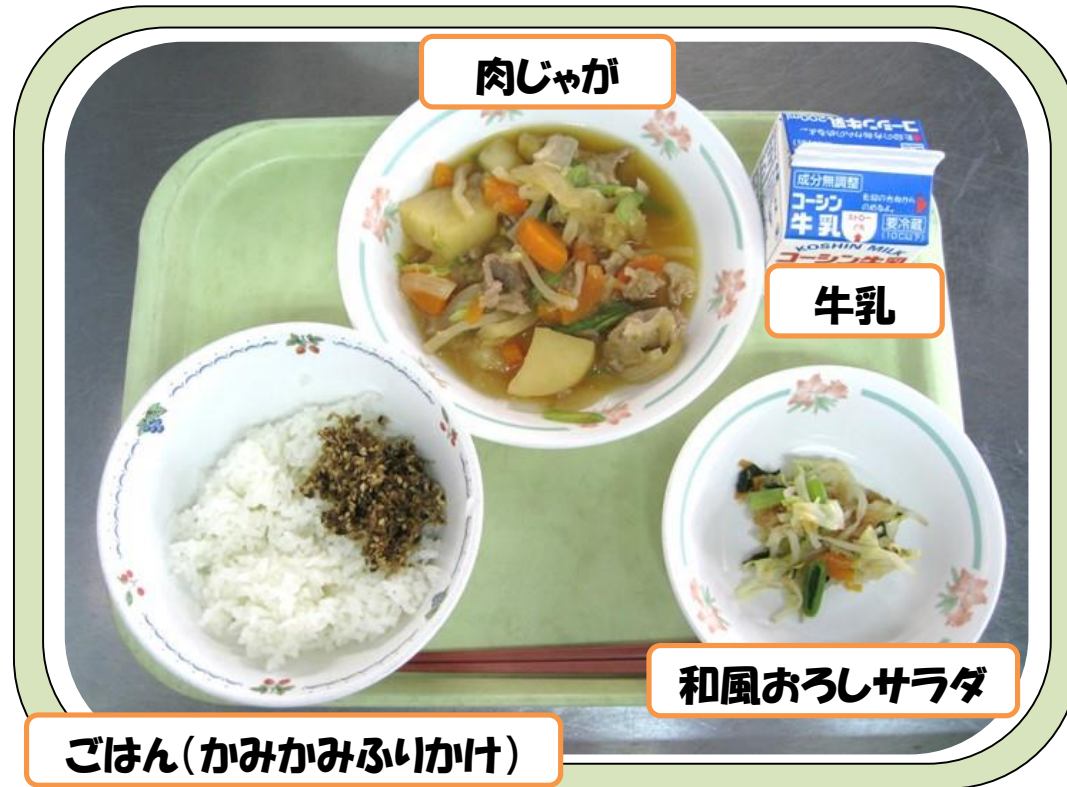


9月 11日 (月)

❀ 今日<sup>きょう</sup>の給食<sup>きゅうしょく</sup> ❀

★ 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>



ちりめんじゃこ  
豚肉<sup>ぶたにく</sup>  
にんじん  
じゃがいも  
たまねぎ  
いんげん  
キャベツ  
もやし  
だいこん  
しょうが  
こまつな

兵庫<sup>ひょうご</sup>  
埼玉・群馬<sup>さいたま ぐんま</sup>  
北海道<sup>ほっかいどう</sup>  
北海道<sup>ほっかいどう</sup>  
北海道<sup>ほっかいどう</sup>  
群馬<sup>ぐんま</sup>  
長野<sup>ながの</sup>  
栃木<sup>とちぎ</sup>  
青森<sup>あおもり</sup>  
高知<sup>こうち</sup>  
東京都<sup>とうきょうと</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>」「ごはん」「かみかみふりかけ」「肉じゃが」「和風おろしサラダ」です。

今日<sup>きょう</sup>のサラダは、「大根<sup>だいこん</sup>をすりおろした”大根おろし”を使ったドレッシング<sup>つ</sup>を作りました。大根には、

”酵素<sup>こうそ</sup>”が多く<sup>おほ</sup>ふくまれているので、食べ物<sup>たもの</sup>の消化<sup>しょうか</sup>を助けるはたらきがあります。給食<sup>きゅうしょく</sup>では、加熱<sup>かねつ</sup>していますが、

生<sup>なま</sup>のまま食<sup>た</sup>べるとより効果<sup>こうか</sup>が高<sup>たか</sup>まります。おうちでも、生<sup>なま</sup>の大根<sup>だいこん</sup>おろしをお魚<sup>さかな</sup>などと食<sup>た</sup>べてみてください♪