

9月25日(月)

❀ 今日の給食 ❀

★ 今日^{きょう}の食材^{しょくざい}の産地^{さんち}★

食材名 ^{しょくざいめい}	産地名 ^{さんちめい}
------------------------	----------------------

豚肉 ^{ぶたにく}	埼玉・群馬 ^{さいたまぐんま}
にんにく	青森 ^{あおもり}
たまねぎ	北海道 ^{ほっかいどう}
赤パプリカ ^{あか}	カナダ
キャベツ	長野 ^{ながの}
さつまいも	千葉 ^{ちば}
セロリ	長野 ^{ながの}
にんじん	北海道 ^{ほっかいどう}
もやし	栃木 ^{とちぎ}
こまつな	東京都 ^{とうきょうと}



今日^{きょう}の給食^{きゅうしょく}は、「牛乳^{きゅうにゅう}」「ツナコーンピラフ」「さつまいもチップスサラダ」「トマトスープ」です。

トマトの赤い色^{あかいろ}は、「リコピン」という色素^{しきそ}によるもので、熟^{じゅく}して赤^{あか}くなったトマトほど多く^{おお}のリコピンをふくんでいます。リコピンには、血液^{けつえき}の流れ^{なが}を良く^よしたり、生活習慣病^{せいかつしゅうかんびょう}を予防^{よぼう}するはたらきがあります。

今日^{きょう}は、スープの中^{なか}にトマトをたっぷり^い入れました。トマトスープを食^たべて、リコピンを摂取^{せつしゆ}しましょう♪