

4月26日(金)

＊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

まいわし

ショウガ

生姜

ニンジン

人参

キャベツ

もやし

タマ

玉ねぎ

えのきだけ

じゃが芋

コマツナ

小松菜

ミエ

三重

コウチ

高知

トクシマ

徳島

アイチ

愛知

トチギ

栃木

ホッカイドウ

北海道

ニイガタ

新潟

ホッカイドウ

北海道

サイタマ

埼玉

今日の給食は、いわしのかば焼き丼、野菜のからし和え、じゃが芋の味噌汁です。

いわしには、頭の働きを良くするDHAや、骨を強くするカルシウムが多く入っています。いわしのカルシウムは、牛乳と同じくらい体にとりこまれる率が高いので、今日のかば焼きも骨から丸ごと食べるようにしましょう。かば焼きとは、昔はくしに刺していわしを焼いていたので、その見た目が「がまの穂」に似ていたため、「がま焼き」から「かば焼き」になったという説があります。今日は、甘辛い味付けにしてあるので、ごはんと一緒に食べてみてください。