# 10月　3日（木）　✿ 今日の給食 ✿

**お皿の位置に注意しよう！**

## ★今日の食材の産地★

| 食材名 | 産地名 |
|---|---|
| 人参 | 北海道 |
| 玉ねぎ | 北海道 |
| じゃが芋 | 北海道 |
| にんにく | 青森 |
| キャベツ | 長野 |
| もやし | 栃木 |
| 白菜 | 長野 |
| 小松菜 | 東京 |
| 豚肉 | 埼玉・群馬 |
| 鶏肉 | 宮崎　他 |
| おから | 佐賀 |
| 豆腐 | 佐賀 |

今日の給食は、ミルクパン、おからコロッケ、野菜のカレーソテー、白菜のスープです。

今日のコロッケには、「おから」が入っています。おからは、豆腐を作る時に豆乳を絞った後にでる搾りかすです。搾りかすと言っても、大豆の栄養がたくさん入っていて、おなかの調子を整える食物繊維や、脳の記憶力を高める栄養も入っています。コロッケを食べて、みなさんも記憶力を高めてくださいね。