

11 月 13 日 (水)

❖ 今日 の 給 食 ❖

★ 今日 の 食 材 の 産 地 ★

お皿の位置に注意しよう！

野菜のカレーソテー

和風豆腐ハンバーグ

ごはん

じゃが芋の味噌汁

食材名

産地名

玉ねぎ

北海道

人参

北海道

にんにく

青森

生姜

高知

万能ねぎ

佐賀

キャベツ

長野

青梗菜

静岡

もやし

栃木

えのきだけ

長野

じゃが芋

北海道

豚肉

埼玉・群馬

鶏肉

宮崎他

今日の給食は、ごはん、和風豆腐ハンバーグ、野菜のカレーソテー、じゃが芋の味噌汁です。

今日の和風豆腐ハンバーグには、「ひじきと豆腐」が入っています。ひじきには、おなかの掃除をしてくれる

食物繊維が多く入っている他に、鉄分などの体の血液を作る栄養素も入っています。いつもひじきが苦手な人

でも、ハンバーグに入っていると食べやすいと思うので、食べてみてくださいね。