

4月12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！

春野菜のきんぴら

切り干し大根の卵焼き

ごはん

具沢山汁

食材名

産地名

生姜

高知

玉ねぎ

北海道

人参

徳島

たまご

茨城

万能ねぎ

佐賀

じゃが芋

北海道

ごぼう

埼玉

うど

東京

さやいんげん

沖縄

白菜

茨城

えのきだけ

新潟

長ネギ

埼玉

鶏肉

宮崎

今日の給食は、ごはん、切り干し大根の卵焼き、春野菜のきんぴら、具沢山汁です。

皆さんは、「春野菜」とは何か知っていますか？春野菜とは、冬の時期に芽を出して、厳しい寒さを乗り越えてたくさん栄養を含んでようやく春に収穫される野菜のことです。今日はその春野菜の一つの「うど」を使ったきんぴらになっています。うどは、独特の苦みがありますが、この苦味こそが春のパワーの源になります。体の中の要らない物を出して、元気に活動することが出来る効果があります。

ちなみに、うどは真っ白ですが、これは育て方に秘密があります。土の「中に」穴を掘ってその中で光を当てずに育てています。それにより、白くて柔らかいうどが出来上がります。今日はきんぴらで春の苦味を味わいながら食べてみてください。