

10 月 2 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！



食材名	産地名
にんにく	青森
しょうが	高知
たまご	北海道
人参	北海道
ながねぎ	秋田
もやし	栃木
だいこん	青森
こまつな	東京
豆腐	佐賀
ぶたにく	群馬・埼玉

今日の給食は、マーボー焼きそば、もやしサラダ、白玉フルーツポンチです。

今日のサラダに入っている「もやし」は、実はミネラルやビタミンが多く入っている食材です。その効果は、江戸時代から認められていて、そのころには食材としてではなく「薬」として重宝されていたそうです。季節の変わりめで体調不良が続いている人は、もやしを食べてパワーアップしましょう。