

6月24日(月)

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
生姜	高知
人参	埼玉
長ネギ	茨城
万能ねぎ	長野
玉ねぎ	兵庫
白菜	長野
小松菜	東京
豆腐	佐賀
豚肉	埼玉
鶏肉	宮崎
さば	ノルウェー

今日の給食は、切り干し大根の中華混ぜごはん、さばのエスニック焼き、春雨スープです。

「さば」には、DHAという成分が入っています。この成分には、イライラや不安な感情を抑えたり、血液の中の脂肪を減らしたりする良い効果が入っています。お魚が苦手な人も食べやすい味付けになっているので、ぜひ食べてみてください。