

11 月 26 日 (火)

❖ 今日 の 給 食 ❖

★ 今日 の 食 材 の 産 地 ★

お皿の位置に注意しよう！

ごまドレサラダ

さばのネギ味噌焼き

中華おこわ

白菜スープ

食材名

産地名

にんにく

青森

しょうが

高知

なが

千葉

しめじ

長野

にんじん

茨城

もやし

栃木

キャベツ

愛知

さやいんげん

沖縄

たま

北海道

えのきだけ

長野

はくさい

茨城

こまつな

東京

ぶたにく

埼玉・群馬

とりにく

宮崎他

今日の給食は、中華おこわ、さばのネギ味噌焼き、ごまドレサラダ、白菜スープです。

今日の中華おこわには、「もち米」が入っています。もち米は、お米とは違い、粘りが強いのが特徴です。また、

体の中から温める効果があるので、今日のように寒い日にはピッタリの食材です。風邪が流行っていますが、

食べ物も体を強く作る良い薬の一つです。風邪に負けない丈夫な体を作りましょう。