

1月20日(水)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
にんにく	青森
しょうが	高知
にんじん	千葉
たまねぎ	北海道
はくさい	茨城
もやし	栃木
ちんげんさい	茨城
きゅうり	千葉
だいこん	千葉
えのきだけ	長野
ばんのう	佐賀
いちご	佐賀

今日の給食は、「中華うまに丼」「もやしの中華サラダ」「もずく汁」「いちご」です。

「もずく」は、腸の働きを整える「フコダイン」という成分が含まれています。また、お肌をきれいに
する成分やミネラルも多く含まれる食品です。しっかり食べて腸を元気にしましょう。