

2月 5日 (金)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
生姜	高知
人参	千葉
さやいんげん	沖縄
ピーマン	宮崎
長芋	青森
にんにく	青森
玉ねぎ	北海道
しめじ	長野
ごぼう	青森
里芋	埼玉
長ネギ	千葉
鶏肉	宮崎

今日の給食は、「高野豆腐のそぼろごはん」「鶏肉と長芋のみそ炒め」「けんちん汁」です。

高野豆腐は、お豆腐を凍らせて熟成させてから、水分を抜いて乾燥させたものです。畑の肉と呼ばれる

大豆が原料なので、筋肉を作るたんぱく質や、鉄分が多く入っている優秀な食材です。