

3月1日(月)

今日の給食



★今日の食材の産地★

食材名	産地名
赤パプリカ	ニュージーランド
もやし	栃木
キャベツ	愛知
玉ねぎ	北海道
にんにく	青森
人参	鹿児島
かぼちゃ	ニュージーランド
玉ねぎ	北海道
じゃが芋	北海道
小松菜	東京
鶏肉	宮崎他

今日の給食は、「ハンチーズトースト」「コーンサラダ」「豆乳かぼちゃシチュー」です。

今日は豆乳でシチューを作りました。豆乳は大豆を絞ったものなので、大豆たんぱく質の持つ

肥満を解消する効果があります。また、骨を強くする効果もあるので、毎日積極的に取りたい

食品の一つです。