

3月2日(火)

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
生姜	高知
人参	鹿児島
玉ねぎ	北海道
もやし	栃木
にら	茨城
青梗菜	茨城
大根	千葉
じゃが芋	北海道
長ネギ	茨城
小松菜	東京
せとか	愛媛
牛肉	栃木

今日の給食は、「牛肉スタミナ丼」「呉汁」「せとか」です。

今日は牛肉と野菜を使った丼ぶりです。牛肉は鉄分が入っていて、貧血予防に役立つ食品です。

また、血液に酸素をたくさん取り込む効果もあることから、体を疲れにくくする効果もあります。

しっかり食べて、元気に過しましょう。